

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Katedra hudební výchovy

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

*Odkaz Školy odhalení hlasu paní Werbeck pro současnou
pěveckou pedagogiku.*

*The legacy of Mrs. Werbeck's School of Uncovering the voice for current
vocal pedagogy.*

Marina Shcherbakova

Vedoucí práce: PaedDr. Alena Tichá, Ph.D.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sbormistrovství se zaměřením na vzdělávání

2016

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Odkaz *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck pro současnou pěveckou pedagogiku vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Praha, 24 června 2016

Marina Shcherbakova

Mé první poděkování za návrh zajímavého tématu, za odborné vedení práce a za pomoc s formulacemi myšlenek v českém jazyce patří PaedDr. Aleně Tiché, Ph.D. Děkuji paní Ing. Janě Šindelářové za pomoc při psaní práce, za její cenné rady i připomínky, které mi poskytovala. Děkuji všem, kdo našel čas a zúčastnil se dotazníkového šetření a rozhovorů týkajících se tématu. V neposlední řadě bych ráda poděkovala za jazykovou korekturu svým spolužačkám.

ANOTACE

Vzhledem k nedostačujícím informačním zdrojům v českém jazyce v oblasti tématu je cílem práce seznámit čtenáře s životním příběhem Valborg Werbeck-Svårdström, objasnit principy, na nichž je postavená *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck, zmapovat instituce, kde mohou zájemci o *Školu* získat odborné vzdělání, ale i uvést osobnosti, které tuto *Školu* propagují a ve své praxi používají, či se jí zabývají jen v rámci svého osobního růstu. Součástí práce je i výzkumná sonda mapující postavení *Školy* České republiky.

KLÍČOVÁ SLOVA

Škola zpěvu, Valborg Werbeck-Svårdström, Škola odhalení hlasu, dech, terapie hlasem

ANNOTATION

Considering the lack of information sources in the Czech language regarding the chosen topic, the aim of this bachelor thesis is to introduce readers to the story of Valborg Werbeck-Svårdström, clarify the principles upon which the Werbeck's School of uncovering the voice is built, establish institutions where applicants interested in the School may acquire specialized education, but also introduce figures who promote this School, employ its principles in their practise or deal with this issue within their personal growth. Part of this work is also a research tool observing the role and status of the School in the Czech Republic.

KEYWORDS

School of singing, Valborg Werbeck-Svårdström, School of uncovering the voice, respiration, voice therapy

Obsah

| | |
|--|-----------|
| Úvod..... | 6 |
| 1. Život a dílo Valborg Werbeck-Swärdström | 8 |
| 1.1 Život Valborg Werbeck-Swärdström..... | 8 |
| 1.2 Škola odhalení hlasu paní Werbeck..... | 11 |
| 1.3. Základní principy Školy odhalení hlasu | 18 |
| 2. Nejvýznamnější současní představitelé Školy odhalení hlasu paní Werbeck..... | 22 |
| 2.1 Přími žáci paní Werbeck a jejich následovníci..... | 23 |
| 2.2 Významné pedagogické osobnosti Školy odhalení hlasu paní Werbeck z bývalého „tzv. východního bloku“..... | 28 |
| 3. Možnosti uplatnění podnětů Školy odhalení hlasu paní Werbeck v praxi..... | 30 |
| 3.1 Výzkumná sonda..... | 30 |
| 3.1.1 Předmět, cíl a metody výzkumné sondy..... | 30 |
| 3.1.2 Premisy a hypotézy | 31 |
| 3.1.3. Organizace a průběh výzkumné sondy..... | 31 |
| 3.1.4 Vyhodnocení dotazníkového šetření | 36 |
| 3.1.5 Závěry výzkumné sondy a verifikace hypotéz..... | 44 |
| 4. Pěvecký dech v pojetí autorky práce..... | 46 |
| 5. Závěr | 49 |
| 6. Seznam použitých informačních zdrojů | 51 |

Úvod

Jsou zpěváci, kteří vtáhnou posluchače do svého zpěvu tak, že člověk nemůže odolat. Tito zpěváci se stali legendami, zanechali svoji stopu v historii vokální interpretace. Někteří byli obdarováni mimořádnými hlasovými dispozicemi. Ale zaujali i zpěváci s menším, komornějším hlasovým potenciálem. Do paměti posluchačů se zapsali svou výjimečnou citlivostí pro osobitý způsob interpretace. Tito zpěváci byli obdarováni. Díky své píli a práci na sobě byli pak schopni tento dar předávat na jevištích dál svým posluchačům. Jsou však i interpreti, kteří se snaží, studují, všechno chtějí dokonale zvládnout, ale stejného výsledku nedosáhnou. Někdy proto, že „nebyli obdarováni“ takovým talentem nebo se jim nepodařilo toto „obdarování“ v sobě otevřít. Zakladatelka *Školy odhalení hlasu* Valborg Werbeck-Svärdström velkou část svého života věnovala hledání způsobů, jak zpěvákovi pomoci v sobě nacházet cestu k sebepoznávání a nalezení svého autentického projevu. Je to cesta, jak nalézt dar, který byl dán.

Před dvěma lety se autorka dané práce zúčastnila kurzu *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck, který v Praze vedl Christian Boele. Kurz jí doporučila její učitelka zpěvu PaedDr. A. Tichá, Ph.D, která se se *Školou odhalení hlasu* seznámila na Muzikoterapeutické konferenci v Českých Budějovicích v roce 2004, kde měl krátký workshop prof. Baldo Mikulić, a od té doby se stala příznivcem *Školy* a příležitostně se jí zabývá. Kurz oslovil autorku práce natolik, že se vydala hledat další informace nejen o Valborg Werbeck-Svärdström, zakladatelce *Školy*, ale pokusila se vysledovat cestu, kterou se *Škola odhalení hlasu* ubírala dál díky přímým žákům Valborg Werbeck-Svärdström a jejich následovníkům.

Za cíl práce jsme si vytyčili objasnit principy, na nichž je *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck postavená, zmapovat instituce, kde mohou zájemci o *Školu* získat odborné vzdělání, ale i uvést osobnosti, které *Školu* propagují a ve své praxi používají, či se jí zabývají jen v rámci svého osobního růstu.

Zjistili jsme však, že v češtině neexistuje literatura, která by se věnovala této problematice obšírněji, a že *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck ani není mezi většinou českých a slovenských pedagogů zpěvu známa. Proto se autorka práce rozhodla o *Škole odhalení hlasu* vystopovat co nejvíce informací a zmapovat současný stav uplatnění *Školy* nejen v Čechách, ale částečně i na Slovensku a v Rusku.

V teoretické přípravě zvoleného tématu vzhledem ke svým jazykovým možnostem autorka práce zvolila ruský překlad knihy Valborg Werbeck-Svärdström, která je původně napsána v němčině: *Schule der Stimmenthüllung: ein Weg zur Katharsis in der Kunst des Singens* („Škola otevírání hlasu. Cesta ke katarzi pěveckým uměním“). Stěžejním informačním zdrojem pro zpracování této bakalářské práce se stala její ruská podoba: „Школа раскрытия голоса. Путь к катарсису в искусстве пения“, Москва: evidentis, 2009. Die *Schule der Stimmenthüllung* byla též vydána v anglickém a dalších jazycích.

Pro plné pochopení *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck je nezbytné seznámit čtenáře s životním příběhem Valborg Werbeck-Svärdström a cestami, které ji vedly k vypracování základů její *Školy odhalení hlasu*. Analýzou stěžejních kapitol knihy „Школа раскрытия голоса. Путь к катарсису в искусстве пения“ se pokusíme proniknout k důležitým aspektům provázejícím cestu k nalezení přirozeného znění hlasu. Životopisu Valborg Werbeck-Svärdström a základům *Školy odhalení hlasu* je věnována druhá kapitola této bakalářské práce.

Význam *Školy odhalení hlasu* ve světě podtrhne seznam institucí, které v jejím duchu pracují a na ni navazují (viz druhá kapitola). Součástí bude i seznámení s významnými pedagogickými osobnostmi, které v těchto institucích pracují. Informace obohatí i osobnosti z Chorvatska a Ruska.

Ve třetí kapitole je popsána výzkumná sonda mapující uplatnění *Školy odhalení hlasu* v současné době v Čechách a částečně v Rusku.

Čtvrtá kapitola shrnuje osobní názory autorky na možnosti uplatnění principů *Školy odhalení hlasu* v současné přípravě budoucích pedagogů a v práci s dětmi.

1. Život a dílo Valborg Werbeck-Svärdström

1.1 Život Valborg Werbeck-Svärdström

O životě Valborg Werbeck-Svärdström není napsáno mnoho. Existuje jenom jedna kniha, která se věnuje výhradně životopisu Valborg Werbeck-Svärdström. Dílo napsala v němčině Maija Pietikäinen a nazvala ho *Des Herzens Weltenschlag, Biografie von Valborg Werbeck-Svärdström* (životopis Valborg Werbeck-Svärdström).

Při zpracování této kapitoly jsme vycházeli z ruského překladu knihy *Die Schule der Stimmenthüllung: ein Weg zur Katharsis in der Kunst des Singens – „Школа раскрытия голоса. Путь к катарсису в искусстве пения“*, kde sama Valborg Werbeck-Svärdström v předmluvě popisuje cestu svého vlastního pěveckého rozvoje a cesty, která ji vedla ke změně přístupu k výuce zpěvu. Dalším zdrojem poznatků o životě Valborg Werbeck-Svärdström se stal článek Jürgena Schriefera – žáka zakladatelky *Školy odhalení hlasu*. Tento článek je součástí ruského překladu knihy Valborg Werbeck-Svärdström. Doplnujícím informačním zdrojem nám byla Wikipedie, ze které jsme čerpali některá faktografická data.

Dalším doplňujícím zdrojem posloužila webová stránka Balda Mikuliče¹ a některé informace doplnil Thomas Adam v osobní korespondenci.

Werbeck-Svärdström se narodila v severním Švédsku (Gävle) 22. září 1879.² Její rodiče hluboce milovali hudbu, a proto nikdy nebránili dceřině touze zpívat. Nikdo ji ovšem na začátku zpívat neučil. Zpívala na procházkách, večerních posezeních u sousedů, ve škole a zvládala to zcela přirozeně. Jak píše ona sama ve své knize, zpěv jí nepůsobil žádné potíže, jak v nejvyšších (a''), tak v nejnižších polohách. Neměla problémy s dýcháním a přirozeně ovládala pěveckou koloraturní techniku. Mohla zpívat se stejnou lehkostí, jako mluvila, na okolí působila jako zázračné dítě.

„Zpívání bylo pro mě živlem... Nemohla jsem vůbec pochopit, že se ze zpěvu dá ochraptět (jak jsem zaslechla z rozhovorů dospělých) nebo se unavit – pro mne nebyl zpěv ničím

¹ *Valborg Werbeck-Svärdström* [online]. [cit. 2016-06-29]. Dostupné z WWW: <http://orpheus.hr/cz/valborg-werbeck-svardstrom/>.

² Ve své knize píše, že se narodila „vysoko na horách v bezprostřední blízkosti přírodě“ (ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 36, překlad autorka práce).

jiným než bezprostředním vyjádřením mé dětské bezstarostné bytosti“ (překlad – autorka práce).³

Když jí bylo deset let, rodina Svärdröm se přestěhovala do Stockholmu, kde učitelka hudby Alice Tegner⁴ objevila dívčin pěvecký talent. První veřejné vystoupení Valborg Svärdröm se uskutečnilo v jejích jedenácti letech.

„V patnácti letech Valborg Svärdröm začala studovat zpěv na Královské hudební akademii ve Stockholmu. Tam začala při zpívání obvyklých cvičení pociťovat nečekané obtíže, které během výuky stále narůstaly, až se u ní objevilo velmi zvláštní onemocnění krčních žláz.“⁵ Tento stav si pro sebe vysvětlovala: „Začala jsem si všímat, že zpívám... Do popředí vstoupila všeobecná touha zesílit hlas do plného znění, které bylo v tu dobu populární...“ (překlad – autorka práce).⁶ „Lékaři si však příčinu nedovedli vysvětlit a onemocnění postupně zhoršovalo její hlas. Snažila se najít nový, zdravější způsob zpěvu. Ale ani při cestách po Francii, Itálii a Německu se jí to nepodařilo. Potíže narůstaly a nejvyšší tóny tříčárkované oktávy se ztrácely. Přesto však byla Valborg Svärdröm v jednadvaceti letech přijata do Dvorní opery ve Stockholmu.“⁷ Zároveň měla veliké množství úspěšných koncertů, ale pomalu začala ztrácet ze zpěvu bývalou radost. Koncertní život, který tenkrát prožívala, kladl obrovské nároky na její hlas a „v pětadvaceti letech ji postihlo cosi jako paralýza hlasivek. Hlas odmítl veškerou poslušnost.“⁸

V ten tragický okamžik mladá zpěvačka pochopila, že se může vyléčit jenom vlastními silami. Valborg Svärdröm se rozhodla rozvíjet vlastní přístup k práci s lidským hlasem a vytvořila cvičení, pomocí kterých se jí hlas postupně zlepšil do té míry, že se po prázdninách mohla vrátit zase k účinkování v opeře. Její hlas byl díky obsazení do mnoha hlavních rolí vystaven velké zátěži, kterou úspěšně překonávala pomocí svých nových hlasových cvičení. Na vrcholu své umělecké kariéry se však rozhodla opustit umě-

³ БЕРБЕК-ЦЕРПДЦРЕМ В., 2009, с. 37

⁴ Alice Charlotta Tegnér (1864—1943) — švédská skladatelka, pedagog a varhanice.

⁵ Valborg Werbeck-Svärdröm [online]. [cit. 2016-06-16]. Dostupné z WWW:

<<http://orpheus.hr/cs/valborg-werbeck-svardstrom/>>.

⁶ БЕРБЕК-ЦЕРПДЦРЕМ В., 2009, с. 37

⁷ Valborg Werbeck-Svärdröm [online]. [cit. 2016-06-14]. Dostupné z WWW:

<<http://orpheus.hr/cz/valborg-werbeck-svardstrom/>>.

⁸ Valborg Werbeck-Svärdröm [online]. [cit. 2016-06-14]. Dostupné z WWW:

<<http://orpheus.hr/cz/valborg-werbeck-svardstrom/>>.

leckou dráhu a veškeré nasazení věnovala vybudování své pěvecké školy – *Školy odhalení hlasu*.

V roce 1911 se vdala za Luise Werbecka. Její muž byl spolupracovníkem zakladatele antroposofie Rudolfa Steinera, který mimo jiné inspiroval Valborg Werbeck-Svärdström k napsání knihy *Die Schule der Stimmenthüllung* a k otevření školy, kde se zpěv učil podle *Školy odhalení hlasu*.

V letech 1919–1933 Werbeck-Svärdström založila a řídila školou zpěvu v Hamburku. V době nacismu také učila v Holandsku. Válečná léta strávila ve Slezsku. Když válka skončila, zaměřila se na terapeutickou práci a výuku malého kruhu mladých hudebníků. Zpočátku Werbeck-Svärdström neměla mnoho žáků. Pěvci byli netrpěliví, protože Werbeck-Svärdström nedovolovala zpívat skladby, pokud žák neprošel základy *Školy odhalení hlasu*.

V letech 1945–1967 se věnovala výhradně terapii zpěvem. Díky výzkumu v této oblasti založila svůj terapeutický směr. Hluboce zkoumala otázky medicíny, pedagogiky zpěvu a duchovní vědy, čímž se jí podařilo vytvořit unikátní školu rozvoje lidského hlasu, kde je středem studia nejen pěvecký aparát, ale vlastně člověk v jednotě fyzické, duchovní a duševní. Postupně začala Werbeck-Svärdström pracovat i s handicapovanými lidmi, čímž terapeutické využití *Školy odhalení hlasu* rozvinula a věnovala se mu energicky a věrně až do své smrti.

„V posledním období života ... byla skoro výlučně činná jako terapeutka – desetiletími práce na vlastním organismu si vytvořila novou schopnost vnímání, druh vcítění, zaposlouchání se do lidské fyziologie. Cvičení nezištnosti k duchovnímu pozadí umění se později proměnilo v terapeutické nápady v oblasti, která jí byla nejvlastnější. Tón, zvuk, dech pro ni byly...nevyčerpatelnou, bohatou říší.“⁹

Werbeck-Svärdström zemřela 1. února 1972 ve městě Bad Boll nedaleko Stuttgartu.

Valborg Werbeck-Svärdström byla mezi lety 1900 a 1930 jednou z nejvýraznějších lyrických sopranistek v Evropě. Mnohostranně nadaná zpěvačka, jejíž tvorba byla vedena vy-

⁹ FELBER R., 2005, s. 159-160.

sokou kulturou hlasového projevu, dosáhla velké proslulosti na evropské koncertní a operní scéně.

Jeden z jejích žáků, Jürgen Schriefer, píše, že paní Werbeck byla skutečně významnou a mimořádnou pěveckou osobností. Lidé v ní slyšeli novou Jenny Lind, ve které viděla svůj vzor i Valborg Svärðström. Zakladatelka *Školy odhalení hlasu* byla obdařená jedinečným hlasem s vrozenou schopností zpívat nejtěžší koloratury. Zároveň měl její hlas bohatou barvu nižších tonů. Podle slov Jürgen Schriefera zpívala na hraně možností z hlediska výslovnosti (zpívala v deseti jazycích a výjimečně zvládala veškeré fonetické zvláštnosti každého jazyka), dynamických a dramatických kontrastů. Při ztvárnění postav na jevišti dosahovala pohybové a výrazové autentičnosti. V kráse pohybů a v schopnosti dramatického vyjádření rolí dosahovala Valborg Svärðström mimořádné interpretační úrovně.

„Její hlas – velmi vysoký soprán skandinávského typu (Birgit Nilssonová¹⁰ jednou řekla: u našich hlasů leží sníh na vrcholech), – křišťálově čistý, jako severní horské jezero, kde je vidět barva každého kamínku na dně.“ (překlad – autorka práce)¹¹

Avšak z 93 let, jež prožila, věnovala více než padesát činnosti pedagogické a vokálně terapeutické.

1.2 Škola odhalení hlasu paní Werbeck

Veřejný zdroj v tištěné podobě, popisující základy *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck existuje pouze jeden. Je jím kniha, jejíž autorkou je sama Valborg Werbeck-Svärðström: *Škola odhalení hlasu: cesta ke katarzi pěveckým uměním* (něm. – Die Schule der Stimmenthüllung: ein Weg zur Katharsis in der Kunst des Singens). Oficiálně známé překlady jsou do angličtiny, ruštiny a dalších světových jazyků.

První publikace knihy Die Schule der Stimmenthüllung: ein Weg zur Katharsis in der Kunst des Singens vyšla v Německu v roce 1938. Pak však publikace zmizela pod tíhou politických událostí a druhé světové války. Až v roce 1970 se objevilo nové an-

¹⁰ Birgit Nilssonová (1918-2005) byla švédská operní pěvkyně. Začínala jako lyrický soprán, ale pozvolna se přesunula k dramatické poloze. *Birgit Nilssonová* [online], poslední aktualizace 6. listopadu 2015 10:15 [cit. 2016-06-05], Wikipedie. Dostupné z WWW: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Birgit_Nilssonov%C3%A1>.

¹¹ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 211

glické vydání této práce.¹² Úvodní slovo a životopisnou úvahu na konci knihy napsal Jürgen Schriefer, žák paní Werbeck a přímý pokračovatel *Školy odhalení hlasu*. Významnou součástí knihy je fyziologický a terapeutický doslov antroposofického lékaře Eugena Kolisko¹³, který vyzdvihuje terapeutický význam *Školy odhalení hlasu*. Navíc v tomto anglickém vydání nalezneme v závěru knihy dosud nepublikované fotografie Valborg Werbeck-Svårdström.

Jak již bylo výše zmíněno, v této bakalářské práci se opíráme o překlad knihy do ruštiny. Předmluvu k ruskému vydání knihy napsala významná ruská zpěvačka a národní umělkyně Valěntina Lěvko. V ní provedla stručnou a zároveň výstižnou analýzu knihy. Ve většině z následujících úvah se budeme opírat o myšlenky Valěntiny Lěvko.¹⁴

Knihy *Škola odhalení hlasu* se skládá z autorčiny předmluvy, ve které vypráví příběh svého života, a deseti odborných kapitol. Každá z těchto kapitol se věnuje jednotlivé fázi při práci s hlasem. Musíme zmínit, že i když mluvíme o fázích práce s hlasem, je potřeba rozumět, že se sice se všemi fázemi pracuje zvlášť, ale v procesu studia zároveň. Tento jev můžeme pozorovat na hodinách a kurzech učitelů, které podle *Školy* pracují, kdy se během kurzu i jednotlivých hodin pracuje se všemi fázemi, které jsou v knize popsány.

Úvodní kapitola knihy se věnuje obecným aspektům a programnímu zaměření *Školy otevírání hlasu*. Paní Werbeck se zde obrací k pojmu Entelechie¹⁵. Podle jejího názoru je „ve zvukovém aktivním proudu, který nese tóny, představován vnitřně slyšitelný odraz entelechie tónu. Tento odraz je bytostí, která žije ve všech tónech.“ (překlad – autorka práce)¹⁶ Autorka knihy zdůrazňuje důležitost hlubokého naslouchání, až se zpěvákovi otevře takzvaný „prazvuk“. Odhalení hlasu je ve skutečnosti odhalení pomocí naslouchání tohoto „prazvuku“ v každém jednotlivci. A to je podstatou sebepoznání a odhalení svých osobitých možností. Skrz tento prožitek zpěvák najde svůj vnitřní hlas, svou vnitřní píseň. V ní

¹² Uncovering the Voice: The Cleansing Power of Song.

¹³ Eugen Kolisko (1893–1939).

¹⁴ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 8-21

¹⁵ Entelechie je filosofický pojem, kterým Aristotelés označuje vývoj a pohyb živých organismů i člověka k nějakému vnitřně danému cíli, k druhově specifické dokonalosti. Entelechií housenky je kukla a motýl, entelechií člověka je duše *Entelechie* [online], poslední aktualizace 7. října 2014 20:58 [cit. 2016-02-04], Wikipedie. Dostupné z WWW: <<https://cs.wikipedia.org/wiki/Entelechie>>.

¹⁶ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 11.

je právě skryta autentičnost projevu, kdy se zpěvák se sdělovaným obsahem ztotožňuje, hluboce ho prožívá a je schopen tento prožitek předat posluchači.

Předválečná doba se charakterizovala duchem materialistickým. Proto situaci ve vokální pedagogice z tohoto hlediska paní Werbeck nazývá tíživou. Pěvecký hlas byl myšlen jako nějaký materiál, z něhož se pedagog nebo zpěvák snažil něco formovat. Zásadní byla snaha uskutečňovat hlasový vývoj mechanickým způsobem, zvenku. Paní Werbeck si však uvědomovala omyl materiálního a ryze fyziologického přístupu ke zpěvu.

Podstatnou myšlenkou *Školy odhalení hlasu* je vést zpěváka k tomu, aby dokázal nechat prostoupit své tělo zněním tak, aby proudu zvuku nic nebránilo. „Všechna práce, veškerá snaha o takzvané tvoření hlasu – není v podstatě nic jiného než uvolňování a odstraňování zábran, které – v běžné řeči správně vyjádřeno – zabráňují hlasu „vyjít“ ven. Zde se setkáváme se základním omylem dnešní pedagogiky zpěvu: lidský „hlas“ se nepotřebuje „vytvořit“, je tady hotový, dokonalý, čeká však na osvobození. Měli bychom říkat osvobození hlasu, ještě lépe odhalení, a ne tvoření hlasu.“¹⁷

Paní Werbeck to pojímá tak, že učitel a umělec mohou jenom vytvořit podmínky, které dovolí ve své podstatě nemateriálnímu hlasu se smyslově projevit.

Ve druhé kapitole pojmenované „O rozdělení světa zvuku a světa hlásky“ paní Werbeck vysvětluje jádro praktického úkolu na začátku učení podle *Školy odhalení hlasu*. Právě tímto jádrem se zjeví potřeba maximálního oddělení mezi pojmy zvuk a hláska s tím, abychom určitým způsobem chápali zvuk a hlásku odděleně.

Pojetím zvuk se myslí fyzická znělost hlasu zpěváka. Zvuk nemá výšku. Zvuk je něco jako vibrace prostoru. Určitou výšku dostává zvuk díky tónu, se kterým zároveň tvoří jednotu znění. Tudíž světem zvuku, neboli znění, je prostor obklopující tělo, který zní. To je „tekoucí“, neomezený proud kolem zpěváka. Hláskou je míněna podstata, která formuje tento proud do vokálů a konsonantů. A nejdůležitější podmínkou během školení je to, že nejdříve se pracuje na těchto složkách zvlášť. To znamená, že pomocí určitých cvičení zpěvák pracuje zvlášť se světem zvuku, a zároveň odděleně propracovává elementy řeči pro čisté

¹⁷ FELBER R., 2005, s. 159.

formování hlásek, a až potom je spojuje dohromady se znějícím proudem zvuku při pěveckém projevu.¹⁸

Následující kapitoly popisují fáze práce s hlasem podle *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck. První tři fáze se týkají práce se zvukem. Tyto fáze se jmenují vedení zvuku, rozšíření a zrcadlení a věnují se jim kapitoly tři až pět. Možná se nám může zdát toto pořadí nezvyklé, ale musíme si uvědomit, že o žádné pořadí ve skutečnosti nejde, protože veškeré tyto procesy probíhají současně. V jednotlivých kapitolách se pouze vysvětluje, co je pod každou z těchto součástí práce se zvukem míněno. Práci na těchto fázích se v organismu připravují cesty, jimiž zvuk prostoupí.

Pochopení jednotlivých fází je velmi těžkým a hlavně praktickým úkolem. Jenom při dlouhém hledání se dá cestou cvičení uchopit podstata každé fáze, když její poznání člověk sám na sobě hluboce prožije. Ve *Škole odhalení hlasu* je zásadní poznat, „jak“ v jednotlivých etapách s hlasem nakládat. Proto naznačíme především směr myšlenek, které jsou pro každou fázi podstatné.

Vedení zvuku je jednou z cest v organismu, kterou zvuk prostoupí, když se tato cesta najde. Autorka *Školy odhalení hlasu* vedení zvuku vnímá jako cestu, která směřuje znějící proud vertikálně. Přitom jako pomocný faktor v této fázi vystupují do popředí myšlenkové představy.

Rozšíření – cesta, která vede horizontálně přes uši, ale zároveň ke stejnému bodu nad hlavou člověka, kterým prochází též cesta vedení zvuku. Tato cesta je spojená s pocity. Během těchto dvou fází je úkolem zpěváka vysvobodit zvuk od pout fyzického těla a vyvést ho do prostoru, aby se zvuk mohl odrazit venku.

Z tohoto procesu vyplývá třetí fáze, zrcadlení, která je spojená s vůlí. Zajímavé však na tom je, že v této fázi by se měl zpěvák vůle vzdát. Ustoupí se svojí vůlí zpět, aby nechal tón zaznít. „Úkolem třetí fáze je vlastně snaha zkoncentrovat ve vrchním pólu co nejvíce znění, které se volně chvěje v prostoru, aniž bychom se snažili jakýmkoliv způsobem svou vůlí toto znění držet“(překlad – autorka práce).¹⁹ Zvuk se pak vrhne dolů a odrazí se v oblasti solar plexu (bránice) do prostoru. Tato oblast však musí být tak zvanými „cviče-

¹⁸ Podle ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 68-77.

¹⁹ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 119

ními na zapomenutí dýchání“ (viz kapitola 3) připravena tak, aby byla pevná a pružná. Jen tak je možné, aby se zvuk skutečně odrazil.

V šesté kapitole, kterou paní Werbeck nazývá „O znějících elementech, neboli zrcadlení slova“, se popisuje jeden z nejsložitějších procesů z hlediska vysvětlení a uchopení, a v určitém smyslu tady postupujeme k tématu zpěvu hlásek, slabik a slov. Tady vznikají nové úkoly, protože zapojit hlásky do čirého prožívání znění je velice těžkým úkolem. V podstatě jde o to, aby obdobně jako ve zvládání předchozích fází prošel zpěvák cestu k dalšímu stupni – světu hlásek. Tento svět se zase dělí na dvě soustavy. To jsou jednak samohlásky, jednak souhlásky, které se myšlenkově rozdělují, podobně jako zvuk a tón. Důležitějším úkolem pro zpěváka během této fáze bude pohyb a aktivizace veškerých svalů a svalových skupin těla, obzvláště břicha, aby se staly pevnou číší, která by bez pomoci vůle vytvořila pevnou oporu ve formě konsonantů a do sebe přijala znějící vokály. Vždyť v každém slově, v každé hlásce se bezprostředně zúčastní celý zvukový organismus, celá bytost člověka.²⁰

Dále se v kapitole podrobně rozebírají tři skupiny samohlásek, samozřejmě z hlediska německého jazyka. V každé z těchto skupin se zvukové formy tvoří prostřednictvím polohy úst, jazyka a rtů, které jsou navzájem příbuzné a vzájemně se doplňují. Hlavním momentem při práci s určitými skupinami hlásek však musí být neustále naslouchání a snaha o zachycení správných poloh uchem. Podle paní Werbeck se musí zpěvák naučit naslouchat tak, jakoby zpíval někdo jiný, než on sám.

Následující dvě kapitoly (sedmá a osmá) řeší otázku osobitosti a zákonitosti orgánů, které bezprostředně pomáhají zdokonalení různých hlásek. Orgány a procesy, o nichž bude řeč v těchto kapitolách, jsou jednak jazyk, jednak dýchání.

V kapitole o jazyku se podrobně rozebírá fyziologie tohoto lidského orgánu, jak vypadá, jak funguje, jak se hýbe a jak se jeho práce odráží ve zpěvu. Velké množství cvičení, která vycházejí ze *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck, je věnováno jazyku a používání jazyka. Samotná cvičení však v knize nejsou uvedena, ale nalezneme zde úvahy týkající se toho, na co bychom se měli při práci s jazykem zaměřit. Tady je pozornost obrácena k aktivizaci všech svalů jazyka. Důležité je, že pohyby a poloha jazyka jsou podstatné nejenom

²⁰ Podle ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 127-129

v konsonantech, ale samozřejmě i ve vokálech. Je potřeba během pilné práce vrátit celému jazyku schopnost zúčastňovat se prožívání každé hlásky.²¹

Často se většina metod věnuje pozornost například se špičkou jazyka, která má však přirozeně velkou schopnost se svobodně a rychle pohybovat, ale přitom slabší a ochablější části jazyka zůstávají ve flegmatickém klidu. Tomuto účelu přispěje naopak vyřazení špičky jazyka, protože pak se samozřejmě budou muset zapojit do činnosti ostatní části jazyka. Tuto činnost nesmí zpěvák provádět mechanicky, což se často v některých školách stává například pomocí lžice nebo držení jazyka, nýbrž vědomě. Jedním ze způsobů může být: špičku jazyka vědomě zatlačíme u dásní spodních zubů a v tomto postavení ji necháme pevně přitlačenou setrvat. V této situaci je vůle rozeznívající tón nucena obrátit energii k zadní části jazyka a vyvolat její aktivitu. Není to pro tyto části jazyka zcela zvykem, ale ony jsou toho schopné a jsou na to rozhodně připravené. Velikou úlohu mají i vedlejší části artikulačního nástroje, jako jsou rty, čelisti, nozdry, patro. Veškeré tyto orgány mimořádně těsně spolupracují s jazykem a měly by být aktivní.

Celou řadou podobných cvičení učitel postupně vede žáka k tomu, že jazyk a vedlejší orgány dostanou větší svobodu, pohyblivost, pružnost a poslušnost. Je velmi důležité, že každé z těchto cvičení se samozřejmě provádí zároveň se zvukem, zpěvem.

„Nikdy se nám nepodaří dostatečně zdůraznit, že se vědomě systematické působení na fyzické tělo bez současného zapojení zpěvu nemůže obejít bez následků. Ani vyslovaný tón nás před nežádoucími následky neochrání. To dokáže pouze zpěv a jeho znění, v jehož proudu se ukrývá síla, která vyrovnávajíc chrání před následky bezprostředního uchopení fyzického těla.“²²

Zásadní myšlenka, která pak spojuje kapitoly sedm a osm, spočívá v tom, že „jazyk je zároveň důležitým základem pro zdravé dýchání. Paní Werbeck popisuje, že ochablá, líná, nezformovaná zadní polovina jazyka překáží dechu.“²³

Pak následuje kapitola, která je věnovaná procesu dýchání.

²¹ Podle ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 141-157.

²² FELBER R., 2005, s. 167.

²³ FELBER R., 2005, s. 167.

Nejdůležitější myšlenkou *Školy odhalení hlasu* v souvislosti s dýcháním je teze o zapomenutí dýchání. Sechová cvičení se v této *Škole* nazývají cvičení na zapomenutí dýchání.

„Pro skutečné pochopení procesu dýchání je důležité si uvědomit, že při zpívání se dýchání musí vnímat stejně přirozeně jako při našich obyčejných, všedních činnostech jako například jídlo, hra, mluvení atd. Jinými slovy ve všech všedních činnostech zdravého člověka proces dýchání zůstává v podvědomí. Musíme si ho všimnout stejně málo – při veškeré jeho důležitosti – musí nás obtěžovat při zpěvu.“(překlad – autorka práce)²⁴

Otázku dýchání rozpracujeme podrobněji ve čtvrté kapitole této bakalářské práce.

V deváté kapitole, která je zároveň závěrem knihy, paní Werbeck zdůrazňuje důležitost správného zpívání, správného školení hlasu a význam tohoto učení pro život každého člověka. Mluví o tom, že v praxi pozorovala, jak se lidem, kteří prochází *Školou*, skutečně měnil život. „V naší škole se například často vyskytly případy lidí, kteří nikdy nezpívali, a ačkoli milovali zpěv a toužili po zpívání, byli přesvědčeni o své pěvecké neschopnosti. Díky pilnému cvičení měli možnost (ke svému velkému překvapení a radosti) hlas objevit.“(překlad – autorka práce)²⁵

Mimo jiné zařazuje paní Werbeck působení *Školy* na lidskou osobnost do soudobého kontextu obecného rozvoje umění, do vztahu ke všemu, co je s uměním spojeno.

„Když se vážně zabýváme uměním, nemůžeme pak brát za cíl dovednost předvádět své mimořádné zručnosti...Důležité pro nás musí být ne dosahování cíle, ale obecně to, že jsme vstoupili na danou cestu...“(překlad – autorka práce)²⁶

Poslední kapitolou knihy je verš od paní Werbeck „O zapomenutém smyslu naslouchání. Snění o budoucnosti“, kde, jak píše paní Werbeck v předchozí kapitole, „se vracíme přes naslouchání ze světa vědy do světa čirého umění.“ (překlad – autorka práce)²⁷

²⁴ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 162

²⁵ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 175.

²⁶ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 180.

²⁷ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 184.

1.3. Základní principy *Školy odhalení hlasu*

Dále zobecníme důležité body *Školy odhalení hlasu*. Mimo jiné se zde, stejně jako v předchozí kapitole, budeme opírat o předmluvu k ruskému vydání knihy paní Werbeck, kterou napsala Valěntina Lěvko, profesorka a vedoucí katedry sólového zpěvu Ruské hudební akademie Gnesinových.²⁸ Principy *Školy* hodnotí z hlediska pěveckých problémů.

Podle tvrzení paní Werbeck, *Škola*, jejíž je autorkou, přináší významné výsledky absolutně u všech, kdo se pokusí proniknout do pěveckého umění. Přitom profesionálním zpěvákům, kteří na sobě cítí hlasové potíže, které se objevily v důsledku dosavadního školení podle jiné školy, *Škola odhalení hlasu* dává možnost navrátit hlasu zpátky nejen jeho přirozenou kvalitu, ale i objevit nový pevný směr pro pokračování pěvecké kariéry.

Jedno ze základních cvičení *Školy odhalení hlasu* se opírá o tzv. dvojhlásku *NG*.

„Pro začátek školení je potřeba najít hlásku takové struktury, která ... by pomohla v rozdělení světa znění a světa hlásky... Musí to být hlásky, která nasměruje zvuk nahoru, na správnou cestu. Jinými slovy hlásky, kterou potřebujeme za tímto účelem, musí bezprostředně díky svému tvoření, neboli tomu, jak uvádí do pohybu mluvidla, především zavřít cestu do ústní dutiny, aby proud znění hledal za zavřeným prostorem ústní dutiny cestu nahoru... Tato hlásky existuje. Můžeme ji jmenovat nadhláskou, či přechodnou neboli nehláskou. Taková hlásky vznikne splynutím souhlásek *N* a *G*, když ji zazpíváme spojeně jako *NG* (ne jako dvojistou hlásku) a sledujeme přitom polohu jazyka. Je možné pocítit, jak zadní část jazyka zavírá přístup z hrtanu do ústní dutiny, a zároveň se otvírá cesta nahoru, k nosu a jemu patřícím částem.... Tato hlásky *NG* není ani samohlásky, ani souhlásky, ale přechod od samohlásky k souhlásce nebo naopak. Při správném zpívání se v této hlásce elementy samohlásky i souhlásky navzájem prolínají ... Musíme však podtrhnout, že podstata hlásky *NG* se správně dosáhne až po dlouhých cvičeních a pozorováních.“ (překlad – autorka práce)²⁹

Tady je důležité zdůraznit dva momenty. Jednak se používá nenásilný způsob hledání hlásky *NG*. Je potřeba najít měkké znění této hlásky, jehož přednost spočívá v kráse a ryzosti při dokonalé rezonanci. Správného znění hlásky *NG* dosáhneme při lehce otevře-

²⁸ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 8-21.

²⁹ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 82

ných ústech, volné bradě a spuštěném patře. Správně znějící hláska *NG* se ve výsledku stává podstatou skutečného pěveckého vedení zvuku. Druhým faktorem nenásilné práce je správné používání dechu při cvičení této hlásky, kdy se na proud vzduchu v žádném případě netlačí.

Samozřejmě zpěvákovi se, při myšlence na hlásku *NG*, vybavuje spíš nosový zvuk, kterému se všichni naopak vyhýbají. Vyplněním předchozích doporučení a úplného respektování pojetí zvuku (naslouchání) je hláska *NG* první cestou k dosažení správného výsledku.

V předmluvě ke knize paní Werbeck Valentina Lěvko mluví o třech základních kamenech *Školy odhalení hlasu*, o kterých si myslí, že by měly být východiskem pro každé školení hlasového rozvoje. Prvním z nich je vlastní pěvecká zkušenost učitele. Vždyť správný způsob zpívání se většinou předává přes napodobování. Aby učitel mohl předávat znalosti a zkušenosti, musí napřed samozřejmě projít všemi fázemi *Školy* a hluboce je prožít a uchopit. To je důležité mimo jiné z hlediska terapeutického účinku *Školy*, protože pedagog by měl vědět přesně, jak působí každé cvičení na organismus člověka.

Další ze základních kamenů *Školy* spočívá v tom, že zpěvák by měl být vládcem svého hlasu a měl by jej umět vědomě řídit. Aby k tomu dospěl, potřebuje žák důsledně projít ve svém pěveckém rozvoji přes veškeré fáze *Školy* a postupně řešit záležitosti s nimi související. Z tohoto hlediska paní Lěvko srovnává *Školu odhalení hlasu* s metodou loučení s klamnými (tj. podmíněnými chybnými) reflexy, kterou rozpracoval v polovině 20. století americký lékař Thomas Louis Hanna. Doktor Thomas Hanna začal od roku 1976 používat pojem somatika (angl. somatics), kterým označuje směr ve vědě o lidském těle a jeho pohybech. Základní princip tohoto pojmu je spojení rozumu a těla. Somatická zkoumá takzvanou somu, tělo, které se prožívá a uvědomuje zevnitř, přes každou buňku, ve spojení s citěním a inteligencí, čímž se rozumí koncepce celistvosti těla, rozumu a ducha. Zvláštní význam přitom má vliv vědomí na funkce těla.³⁰

Oba směry (doktor Hanna a paní Werbeck) se shodují v názoru, že zpěvák, který začíná cvičit, se ve většině případů potřebuje přeučit z navykého způsobu na nový. V průběhu života a bohužel i hlasovým školením ztratí zpěvák často pocitovou a pohybovou paměť. Tento jev aplikovaný na tělo člověka doktor Hanna ve své metodě nazývá senzoričky-

³⁰ ХАННА Т., Обучение соматическому движению [online]. [cit. 2016-02-16]. Dostupné z WWW: <http://hanna-somatics.ru/>.

motorická amnézie. Nejhorší na tom je, že při této takzvané amnézii člověk přestává vnímat napětí svalů. Proto jsou svaly pak stále unavené z důvodu nekonečné práce, i když si ji člověk ani neuvědomuje. Ve výsledku na tom, jak moc si člověk odpočine, vůbec nezáleží, protože jeho svaly zůstávají částečně aktivní po celou dobu. To vede ke chronickému napětí. Velkou roli v tomto procesu rozhodně hrají různé aspekty života včetně stresu. Z tohoto hlediska, pokud mluvíme o zpěvácích, výsledkem je, že bez ohledu na mimořádné přírodní nadání se takto „nastavený“ zpěvák stává profesionálně nevhodným.

Doktor Hanna však tvrdí, že je člověk schopen přeučit a navrátit zpátky přirozené původní dovednosti a funkce. To ale vyžaduje vědomou práci všech svalů, které se procesu zpěvu v našem případě účastní. Zpěvák musí s jistotou řídit a ovládat funkce těchto svalů. Somatická cvičení doktora Hanny v mnohém odpovídají cvičením podle *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck, protože cílem těchto cvičení je povolení svalů přes pozitivní změny v centrální nervové soustavě a vychovávání dovednosti řídit funkce těla. Pomocí těchto cvičení se můžeme zbavit škodlivých reflexů. Oba směry tedy vycházejí v podstatě z lidské přirozenosti.

Ještě jedním ze základních kamenů pro všechny pěvecké školy – a v našem případě školy paní Werbeck – je práce s artikulací. Úkolem je záměrně zdokonalit jazyk, rty a čelist, aby zabezpečovaly přesné a hlavně čiré vyslovování textu.

Velkou úlohou *Školy odhalení hlasu* je samozřejmě její terapeutický účinek. Jeden ze směrů *Školy odhalení hlasu*, o kterém v knize paní Werbeck přímo nic neříká, ale který v podstatě ze samotné *Školy* vyplývá. Zpívání podle principů *Školy* hlasu neubližuje a naopak mu pomáhá a zároveň uzdravuje všechny orgány těla, které se tímto přirozeným způsobem zpívání rozvíjejí. Terapeutický směr *Školy odhalení hlasu* jako i celé *Školy*, je založený na pochopení hlasu jako stavby lidské osobnosti vcelku.³¹

Více informací k terapeutickému účinku *Školy* nalezneme jednak ve fyziologickém a terapeutickém doslovu ke knize paní Werbeck, antroposofického lékaře Eugena Kolisko, a také v publikaci *Muzikoterapie Terapie zpěvem*, kterou ve spolupráci napsali Felber R., Reinhold S. a Stückert A.

³¹ FELBER R. 2005, s. 159

Kniha *Škola odhalení hlasu* se liší od ostatních metodických výkladů tím, že v ní nenajdeme popis ani jednoho cvičení. V knize jsou určité náznaky např., s jakými hláskami a orgány se pracuje, ale žádná cvičení nejsou uvedena. Přitom samozřejmě nejde o ignorování postupného rozvoje zpěváka a jeho profesionálních dovedností cestou metodické práce. Naopak je *Škola* založena na cvičeních, která dávají pevnou bázi pro kantilénu, čistou intonaci, dynamiku, rozšíření a upevnění vrchního rejstříku a dalších četných důležitých zvláštností zpěvu. Cvičení však paní Werbeck předávala svým žákům prakticky. Veškerá z těchto cvičení vycházejí z principu popsanych v knize. Cvičení nejsou uvedena, protože jejich provedení vyžaduje osobní zkušenost jedince, který dané cvičení předává dál.

Paní Werbeck vychází z toho, že při výuce zpěvu je potřeba vážně vnímat a vědomě formovat procesy, které během zpěvu probíhají podvědomě. Tyto procesy paní Werbeck důsledně popisuje ve své knize *Škola odhalení hlasu* a představuje je v reálné podobě. Z tohoto hlediska podle ní vyučování zpěvu vyžaduje velice přísné a vědomé tvarování člověka začínající opracováním fyzického nástroje přes rozvoj a zesílení veškerých rejstříků duševního života ke zdokonalení duchovních schopností.

Závěrem shrňme myšlenky paní Werbeck, které jsou nejpodstatnější pro její *Školu odhalení hlasu*. Podle paní Werbeck jsou pro rozvoj hlasu důležité následující aspekty. „Na jednu stranu je zpěv aktem duchovním souvisejícím s výchovou a následně se sebevýchovou. Další důležitou myšlenkou paní Werbeck je, že hlas není potřeba rozvíjet, ale vysvobodit od fyzických a psychických překážek. Ve své knize dává na vědomí to, že hlas není objektem tréninku.“ (překlad – autorka práce)³²

Očividně představy o zpívání, které vidíme na stránkách knihy *Škola odhalení hlasu*, jsou možná příliš dokonalé. Ale pročpak bychom nemohli směřovat po celý náš život k ideálu? *Škola odhalení hlasu* je právě o tomto neustálém směřování k ideálu, a v knize se nám otvírá jedna s cest v tomto směru. A to je odkaz, který nám paní Werbeck zanechala.

³² ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 6

2. Nejvýznamnější současní představitelé *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck

Absolutním předpokladem pedagogické práce podle paní Werbeck je vlastní dovednost získaná na základě zkušenosti prožité při osvojování volně znějícího hlasu. Na důležitosti a nezpochybnitelnosti tohoto principu autorka školy trvá. Je nutné, aby pedagog napřed zkušeností dozrál, než na sebe vezme odpovědnost za úkoly, které před žáka staví. Jen tak může citlivě posoudit, jaký objem práce je žák schopen splnit, aby učitel předešel nepříznivým důsledkům svého pedagogického působení. Jedním z nejdůležitějších předpokladů pravé vokální pedagogiky je šetrné chování k silám každého žáka.

Proto všichni adepti, kteří chtějí principy *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck používat – ať ve své pěvecké, pedagogické či terapeutické profesi nebo pouze čistě k osobnímu růstu spojenému s hlubokým zájmem o hlas – by se měli napřed stát žáky, aby na sobě vyzkoušeli působení *Školy* a naučili se jednotlivé principy a cvičení v praxi používat s plným soustředěním. Jen tak mohou získat znalosti o *Škole odhalení hlasu* a prakticky projít všemi úrovněmi učiva.

Škola odhalení hlasu se podle působení na žáka dělí v podstatě na dva základní směry. Jsou to směr *pěvecký* (je zaměřen na hlasový projev) a směr *terapeutický*. Pěvecký směr se dále dělí na takzvaně umělecký a pedagogický. Umělecký směr je zaměřen na profesionální zpěváky, kteří se věnují scénické praxi. Druhý, pedagogický směr, je zaměřen na tzv. zpěváky amatéry, na ty, kteří se chtějí naučit zpívat lépe a ty, kteří si myslí, že nejsou schopni zpívat. Základním názorem paní Werbeck je, že zpívat může opravdu každý člověk.

„Pomocí takových cvičení „se dá najít hlas“ – to je fakt, který naše *Škola* prakticky potvrzuje. Tento fakt je velmi důležitý, a je potřeba se k němu chovat vážně, protože je mnoho lidí, kteří smutně říkají, že v dětství neměli hlas a proto byly vyloučeni ze sboru, jako překážka. Tito lidé však cítí obrovskou lásku a touhu po zpívání, touhu, která často neopouští člověka celý život, a může způsobovat deprese a pocit bezmocnosti. Když si důležitost předchozích informací plně uvědomíte, dá se pochopit, že nemůže být žádný důvod k tomu, aby dítě bylo od zpěvu odloučené. Naopak, dítě, které je méně rozvinuto hudebně, intonačně a emocionálně atd., musí pedagog tím spíš zapojit do znějícího proudu,

s veškerou trpělivostí plnit cvičení, až se v dítěti otevře jeho schovaná muzikalita.“ (překlad – autorka práce)³³

Terapeutické využití je zaměřeno přímo na řešení různých druhů onemocnění ve spolupráci s lékařem.

Existují různé formy, jak se s principy *Školy* seznámit. V rámci těchto forem výuky působí význačné pedagogické osobnosti, jimiž jsou přímí žáci paní Werbeck a žáci těchto žáků.

2.1 Přímí žáci paní Werbeck a jejich následovníci.

Vzdělávací instituce, které v současnosti zprostředkovávají *Školu odhalení hlasu* paní Werbeck, prošly svým vývojem. Ten, kterému se paní Werbeck rozhodla předat svoji školu, byl Jürgen Schriefer. Několik let před smrtí se cíleně věnovala tomu, aby ho vedla k osvojení veškerých základů samotné *Školy*. Právě tento člověk se zásadně podílel na rozšíření principů *Školy odhalení hlasu*.

„Když dosáhla paní Werbeck věku 87 let ...občas přemýšlela, že pravděpodobně to všechno (*Škola odhalení hlasu* – pozn. autorky práce) opět zmizí, a už se znovu objeví až v dalších obdobích historie. Ale teď se stalo to, že paní Werbeck pomohla jednomu mladému hudebníku a zdálo se jí, že ten muzikant hned pochopil podstatu *Školy*. Tato skutečnost ji povzbudila, aby znova vyvolala své síly a začala s ním pracovat.“(překlad – autorka práce).³⁴

Jürgen Schriefer po odchodu paní Werbeck viděl svůj úkol udělat vše pro to, aby *Škola* žila, aby se o ní dozvěděli lidé, aby odpovídala současným požadavkům a nebyla zapomenuta. Hodně cestoval, šířil principy *Školy* mezi další generaci. Díky jeho nasazení mohou dnes lidé na celém světě podle *Školy*, které dala základy paní Werbeck, pracovat.

Z dalších přímých žáků paní Werbeck, kteří dosud učí, jsou například Christa Waltjen a Pär Ahlbom. Podle *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck působili také Helga Lausmann, Marianne Prato, Erdmunte Wuensch atd.

³³ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 84.

³⁴ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 210.

Žáci Jürgena Schriefera následně pokračovali v jeho činnosti, a to: Christiaan Boele v skandinávských zemích (Finsku, Švédsku), USA a Kanadě, Thomas Adam v Německu, v Americe (tam často působil a pokračoval zejména osvětovou činností svého učitele) a pak i v Rusku, Holger Lampson v Německu a Rusku.

Samozřejmě, že během necelého století, kdy existují na světě myšlenky paní Werbeck, se *Škola* hodně rozčlenila. Vyzrály nové proudy a každý z pokračovatelů *Školy odhalení hlasu* přinesl něco svého, čím *Školu* obohatil. Zmíníme jen některé z těchto institutů a škol, které se v současnosti starají o pokračování idejí paní Werbeck.

Střediskem rozvoje a používání principů *Školy odhalení hlasu* v komplexním hudebním vzdělávání je Hamburk. V roce 1987 tady založil jeden z žáků Jürgena Schriefera Holger Lampson s dalšími kolegy hudební seminář, kde se – kromě jiných předmětů – vyučoval zpěv podle *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck. Holger Lampson od roku 1977 působil jako zpěvák a učitel zpěvu. Od roku 1984 vedl pěvecké semináře v Anglii, Kanadě a v Rusku.

Tím, že Holger Lampson založil instituci v Hamburku, v podstatě vrátil *Škole odhalení hlasu* její historické místo, protože sama paní Werbeck svoji školu založila právě v Hamburku ve třicátých letech 20. století.

Na začátku měla škola založená Holgerem Lampsonem osobitou formu – model hudebního semináře. V obyčejné škole se pěstuje duch konkurence. Na Hudebním semináři byla výuka založena na vzájemném podporování. Školu navštěvoval Jürgen Schriefer. Vedl zde některé teoretické předměty, dal škole požehnání. Říkal, že to je škola, kde on vidí budoucnost *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck.

Po 20 letech existence, v roce 2007, se škola rozdělila na dvě umělecké vysoké školy. Příčinou rozdělení byl odlišný pohled členů učitelského týmu Hudebního semináře na účel vzdělávání. Tak vznikly dvě instituce, které existují dodnes.: Alfred Schnittke Akademie International, tu založil a vedl Holger Lampson, a soukromá akademie MenschMusik Hamburg, jejímž zakladatelem a ředitelem je Matthias Böls. Někteří učitelé pracují v obou institucích zároveň. Vedení Alfred Schnittke Akademie International po smrti zakladatele Holgera Lampsona převzala jeho manželka Olga Gorodková, zpěvačka z Ruska, o které ještě bude níže řeč.

Druhá ze škol, která vznikla po rozdělení Hudebního semináře v roce 2007, se jmenuje MenschMusik Hamburg. Základními hudebními předměty, které se vyučují na pěveckém oboru, jsou zpěv a metodika vyučování zpěvu, vedení sboru, hudební historie, hudební teorie atd. Zpěv vyučuje od roku 2012 mimo jiné Thomas Adam.

Thomas Adam je zpěvákem, pěveckým terapeutem, jedním z vedoucích pedagogů *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck, žákem Jürgena Schriefera, zakladatelem semináře terapie zpěvem v německém městě Bochum. Narodil se v roce 1952. Se *Školou odhalení hlasu* se seznámil v roce 1975. Studoval zpěv podle *Školy odhalení hlasu* u Jürgena Schriefera, Marianne Prato³⁵, Christiaana Boele, Nelly van der Speck³⁶, Christy Waltjen³⁷ Thomas Adam je pedagogem, který učí ve velkém množství států, včetně Brazílie, USA a Chile. Vedl a vede otevřené kurzy ve Francii, Holandsku, Švýcarsku, Rusku a Izraeli. Společně s ostatními kurzy vede čtyřleté rozšiřující semináře Terapie zpěvem (Gesangstherapie) ve městě Velbert-Langenberg v Německu.

Výuka na semináři Gesangstherapie probíhá formou dálkového studia, kdy během roku zorganizována čtyři pětidenní setkání a mezi nimiž student pracuje a vyplňuje určité úkoly pomoci domácího samostudia. V době mezi jednotlivými semináři se ještě schází ke společné práci na tématu ve skupinách podle iniciativy žáků v místech jejich bydliště.

O vzdělávání ve *Škole odhalení hlasu* sám Thomas říká, že samozřejmě v souvislosti s účelem studia by měla mít výuka správnou náplň. Když jde o vlastní osobní rozvoj, je to na samotném člověku, jak a čím své školení naplní, jestli si vybere kurzy, nebo semináře, jakou si zvolí školu a učitele. Ale budoucím učitelům podle *Školy odhalení hlasu* Thomas Adam rozhodně doporučuje projít komplexním vzděláním, jež bude zahrnovat základní

³⁵ Marianne Prato – Werbeck-pedagog. Workshop Contributors and Lecturers [online]. [cit. 2016-02-10]. Dostupné z WWW: <<https://www.goetheanum.org/Workshop-Contributors-and-Lecturers.4984.0.html?&L=1>>.

³⁶ Nelly van der Speck – Werbeck-pedagog. Workshop Contributors and Lecturers [online]. [cit. 2016-02-10]. Dostupné z WWW: <<https://www.goetheanum.org/Workshop-Contributors-and-Lecturers.4984.0.html?&L=1>>.

³⁷ Christa Waltjen od roku 1961. žije v Bochumi, kde je učitelem zpěvu podle *Školy odhalení hlasu*, dává soukromé lekce v různých zemích. V současné době mimo jiné učí v semináři terapie zpěvem u Thomase Adama a na Ústavu pro waldorfské školství v Witten-Annen, kde vede třídy pro zpěváky, kteří chtějí jít cestou Školy odhalení hlasu.

hudební vzdělání a pak vzdělání v jedné ze soukromích vysokoškolských institucí, které jsou na *Školu odhalení hlasu* zaměřené (MenschMusic).³⁸

Thomas Adam uvedl na oficiální úroveň obor terapeuta zpěvem v Německu, kde věnují vzdělávání a léčbě dětí a dospělých velkou pozornost. Díky svému pedagogickému nadání a *Škole odhalení hlasu* paní Werbeck si získal Thomas Adam v Evropě velkou úctu. Kurz terapie zpěvem Thomase Adama poskytuje úplně nový pohled na pěveckou pedagogiku, při níž rozvoj hlasu slouží nejen specifickým profesionálně-uměleckým účelům, ale i účelům obecně pedagogickým a hlavně terapeutickým. Otevírá cestu k ozdravné funkci hlasu.

Výraznou pedagogickou osobností působící na MenschMusic v Hamburku je Theodoros Rigas. Pracuje zde jako učitel zpěvu, zpěvák a muzikoterapeut. Theodoros Rigas narodil se v Aténách v Řecku, na univerzitě v Hamburku studoval historii a německou filologii. Je mistrem umění. Zpěv mimo jiné studoval u Holgera Lampsona. Školení v pěvecké terapii získal od Thomase Adama a muzikoterapii dále studoval mimo jiné u profesorů Hanse Helmuta Decker-Voigta a Johna Heimratha.

Dalším ze současných hlavních představitelů *Školy odhalení hlasu* je Christian Boele, žák Jürgena Schriefra, který téměř 40 let pracuje podle principů paní Werbeck se stále rostoucím nadšením.

Christian Boele se narodil v Nizozemsku. Prošel Waldorfskou školou ve městě Haag. Tamtéž studoval na konzervatoři obor trubka. Později tentýž obor a také trumpetu, eurytmii a zpěv studoval ve škole Alanus-Hochschule v Bonnu. V letech 1977-1982 studoval zpěv u Jürgena Schriefra. Jako sólista se zúčastnil četného množství oratorií, mší a dalších koncertů. Zpíval i sólo v Mozartově opeře Kouzelná flétna (Tamino).

V roce 1990 založil pěveckou školu Laulukoulu ve Finsku ve městě Pojanluoma, kde vyučoval zpěv podle *Školy odhalení hlasu*. Po krátké době školu opustil, ale nyní pokračuje rozvoj myšlenky *Školy* v Helsinkách, kde ve Vyšší odborné škole vyučuje zpěv.

Od roku 1978 nabízí kurzy a soukromé lekce po celé Evropě, USA a Kanadě. Mezi jeho studenty jsou lidé bez jakékoli předchozí pěvecké zkušenosti, profesionální zpěváci

³⁸ Informace z osobní korespondence autorky práci s Thomasem Adamem.

a hudební pedagogové. Jeho poučené a empatickou intuicí obohacené vyučovací metody vedou studenty a účastníky kurzů k novým objevům v jejich hlasech a v sobě samých. Od roku 2012 jezdí pravidelně do Prahy, kde v jarním a v podzimním termínu vede kurzy *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck, které organizačně zajišťuje Jitka Vítovcová.

Autorka práce prošla několika lekcemi Christiana Boele a velice ji zaujal nejen přístupný a srozumitelný způsob sdílení znalostí a cvičení, ale jeho hluboké a moudré úvahy o zpěvu a hlasu, z nichž jednu následně uvádíme v textu níže. Svoje přednášky Christian Boele prokládá množstvím názorných přirovnání, výstižných vysvětlení a inspirujících představ vedoucích k tomu, že žáci pak jednotlivá cvičení provádějí skutečně vědomě. Je zajímavé, že některá cvičení během lekce udělá jenom jednou. Díky vysvětlení, které předchází, se dá i po jednom provedení poznat podstatu daného cvičení až do hloubky tak, že ho může člověk používat i v samostatné práci doma.

Na svých webových stránkách Christian Boele píše: „Zpěv je základní lidskou touhou a obsahuje v sobě zásady lidské existence. Píseň doprovází člověka přes veškerá období rozvoje lidské kultury. Píseň si zachovává stále významnou roli při nejrozmanitějších akcích, obřadech a také v běžném životě. Svědčí o tom folklór z celého světa, písně, které se věnují ročním obdobím, svátkům, druhům činností a dalším oblastem života. Dnes však se stává těžší najít a rozvíjet ten nejcennější a nejosobnější nástroj jakým lze píseň reprodukovat – pěvecký hlas. *Škola odhalení hlasu* je současnou cestou k otevírání a vyjádření osobitosti každého hlasu. Pomocí různých cvičení se vysvobozují léčivé a oživující schopnosti hlasu.“³⁹

³⁹ BOELE C., *The School of Uncovering the Voice* [online]. [cit. 2016-02-04]. Dostupné z WWW: <<http://www.stimmenthuellung.com/en>>.

2.2 Významné pedagogické osobnosti *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck z bývalého „tzv. východního bloku“.

Prvním, kdo v Čechách a později i na Slovensku otevřel kurzy *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck, byl prof. Baldo Mikulić v roce 2003. Tomuto kurzu předcházelo vystoupení Balda Mikuliće na workshopu v rámci Muzikoterapeutické konference v Českých Budějovicích.

Baldo Mikulić působí v chorvatském Záhřebu. Vystudoval psychologii a po studiích odjel do Finska, kde pět a půl roků studoval *Školu odhalení hlasu* u Christiana Boele. Následně absolvoval čtyřletý seminář terapie zpěvem u Thomase Adama a školení u Marianne Prato. Vede kursy na Slovensku, v Čechách a v Chorvatsku.

Velkou popularitu získala *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck v Rusku. Ve Waldorfských školách v Moskvě, Petrohradě, Voroněže, Rjazani, Samaře učitelé hudby znají *Školu odhalení hlasu* a pravidelně navštěvují mistrovské kurzy v Moskvě.

Myšlenky paní Werbeck jako první přivezl do Ruska Holger Lampson. Ten od roku 1990 pravidelně vedl v Rusku semináře, kurzy a koncerty až do své nedávné smrti (2014). Vedl i individuální lekce. S Holgerem Lampsonem v Rusku intenzívně pracovalo několik sólistů opery, operety a muzikálů. Od roku 2009 se ustáleným zázemím pro práci Holgera Lampsona staly mimo Moskvu i Petrohrad a Doneck. Ve stejném roce (2009), po pečlivém prostudování materiálů *Školy odhalení hlasu* významnou zpěvačkou Valentinou Lěvko, se s podporou Holgera Lampsona podařilo vydat ruský překlad knihy paní Werbeck „Škola otevírání hlasu. Cesta ke katarzi pěveckým uměním“. V Rusku je řada pedagogů, kteří používají ve své práci principy *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck. Ale pouze tři z těchto učitelů mají absolvované speciální vzdělání *Školy odhalení hlasu* získané v Německu.

Jednou z „prvních vlaštovek“ je Olga Gorodkova-Lampson. Narodila se a vyrůstala v Moskvě a už od dětství toužila stát se zpěvačkou. Sedm let studovala Olga Gorodkova na Musikseminar v Hamburgu u Holgera Lampsona. Zde našla potvrzení svého hlubokého pocitu, že pěvecký hlas je nezávislou entitou, která může působit na člověka i terapeuticky. Během studia v Německu pracovala v divadle, učila na divadelní univerzitě, založila několik sborů, začala učit zpěv na škole, kde se vzdělávaly vychovatelky připravující se na práci s dětmi v mateřských školách, koncertovala, podnikala zájezdy. Za důvod, proč

začala učit vychovatelky působící na mateřských školách, Olga považuje to, že od prvních let života by měl mít člověk možnost slyšet a „naposlouchat zdravý zpěv“. V roce 2003 se vrátila do Moskvy, kde založila středisko zpěvu *Vocalseminar.ru* věnované *Škole odhalení hlasu* paní Werbeck v Rusku. Od roku 2007 zařizuje semináře Tomasa Adama v Rusku. Od roku 2014 je Olga po smrti svého manžela Holgera Lampsona pedagožkou a vedoucí Alfred Schnittke Akademie International a zároveň vyučuje na MenschMusic. Pořádá také semináře v Moskvě, které vede sama ve spolupráci s učitelem *Školy odhalení hlasu* Jörgem Andreesem z Berlína.

Všichni, s nimiž se Olga V Rusku setkala, pracovala, mluvila, přijímají *Školu odhalení hlasu* paní Werbeck podle jejich slov teple a vděčně. Zájem o *Školu* v Rusku stále roste.

3. Možnosti uplatnění podnětů *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck v praxi

V Čechách, na Slovensku, ale i v Rusku se *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck postupně rozšiřuje. Pořádají se kurzy, které vedou lektori ze zahraničí (viz třetí kapitola). Absolventi kurzů začínají předávat znalosti dál a šíří myšlenky *Školy* mezi další zájemce.

Naším zájmem bylo zmapovat, jak se v českém prostředí *Škola odhalení hlasu* prosazuje a které osobnosti se jí zabývají.

Vzhledem k tomu, že si *Škola* v Čechách teprve buduje svoji pozici, a není tudíž mezi pedagogy příliš známá, je výzkumný vzorek účastníků limitován. Náš kvalitativní výzkum lze označit výstižněji jako výzkumnou sondu, v jejímž středu zájmu budou osobnosti, které v současnosti vytvářejí základnu pro organizování vzdělávání v duchu *Školy odhalení hlasu* v České republice a dále někteří účastníci pravidelných kurzů Balda Mikulíče a Christiana Boele pořádaných v Praze. Za pomoci Ing. Jany Šindelářové se nám podařilo navázat kontakt a požádat frekventanty výzkumného šetření o vyplnění dotazníku. Další informace, které obohacují odpovědi na dotazníky o další rozměr, jsme získali formou osobních rozhovorů s jednotlivými účastníky výzkumné sondy. V podstatě šlo o řízené rozhovory, které byly směřovány k hlubšímu zamyšlení nad otázkami dotazníkového šetření.

K problematice obsahu otázek uvedla velmi cenné informace paní Olga Gorodková, a proto je též zařazena mezi respondenty výzkumu.

3.1 Výzkumná sonda

3.1.1 Předmět, cíl a metody výzkumné sondy

Předmět výzkumné sondy: *Škola odhalení hlasu* – její fyziologický, ideový, morální a duchovní rozměr z pohledu jedinců, kteří se aktivně *Školou* zabývají.

Cíl výzkumné sondy: zjistit aktuální stav uplatnění *Školy odhalení hlasu* v současné praxi a její přínos pro hlasový a osobnostní rozvoj jedince.

Metody výzkumné sondy: dotazník, řízený rozhovor.

3.1.2 Premisy a hypotézy

Premisy:

1. *Škola odhalení hlasu* podporuje osobnostní rozvoj jedince.
2. *Škola odhalení hlasu* posiluje zdravý rozvoj hlasu, má rehabilitační účinky na nemocný hlas.
3. *Škola odhalení hlasu* má terapeutické účinky.

Hypotézy:

1. Předpokládáme, že všichni dotazovaní svými výpověďmi potvrdí pozitivní účinky *Školy*.
2. Předpokládáme, že principy *Školy* budou respondenty využívány převážně pro obohacení jejich vlastní pěvecké zkušenosti a pro osobní rozvoj, než pro profesionální pedagogické či terapeutické využití.
3. Předpokládáme, že respondenti vnímají největší rozdíl *Školy* od jiných pěveckých škol v přístupu k dýchání, většina z nich však není schopna vědomě a do hloubky uchopit podstatu práce s dechem podle *Školy odhalení hlasu*.

3.1.3. Organizace a průběh výzkumné sondy

Průběh výzkumné sondy: Výzkumné šetření probíhalo v rozmezí let 2015-2016. Na základě studia literatury, osobní účasti autorky na kurzech Christiana Boele v Praze (zde měla autorka příležitost navázat kontakt s jedinci, kteří se *Školou odhalení hlasu* zabývají) a po konzultaci s Ing. Janou Šindelářovou byli vytipováni frekventanti výzkumné sondy. Celkem se výzkumného šetření zúčastnilo sedmnáct respondentů. V první fázi jim byl zaslán dotazník následujícího znění:

- 1) Proč nebo čím Vás *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck oslovila?
- 2) Jak dlouho se *Školou odhalení hlasu* zabýváte? Jaký typ studia jste absolvoval (la)? (např. kurzy, samostudium, škola)
- 3) Uplatňujete principy *Školy* jenom pro sebe, nebo ji využíváte v pedagogické praxi?
- 4) Využíváte principy *Školy* pro pěvecké účely, nebo terapeuticky?

5) Jaký je podle Vás největší rozdíl (případně rozdíly) mezi obvyklou výukou zpěvu a *Školou odhalení hlasu* podle paní Werbeck? Jak vnímáte přístup ke způsobu dýchání podle paní Werbeck ve srovnání s jinými metodami výuky zpěvu?

6) Co pro Vás *Škola odhalení hlasu* znamená? Co byste k tématu ještě chtěl/a říci?

Plné znění odpovědí na otázky dotazníku mohou zájemci získat od autorky této bakalářské práce.

V druhé fázi byly s frekventanty realizovány osobní rozhovory, během nichž byla problematika otázek dotazníků hlouběji prodiskutována (řízený rozhovor).

Frekventanti výzkumu:

Stručná charakteristika respondentů dotazníkového šetření a osobního rozhovoru s ohledem na míru jejich osvojení a vztahu ke *Škole odhalení hlasu*:

- a) Frekventanti, kteří mají ukončené vzdělání a získali certifikát a ti, kteří *Školu odhalení hlasu* studují, či se jí dlouhodobě věnují:**

Olga Gorodková

- zpěvačka a učitelka zpěvu žijící v Rusku;
- studium *Školy odhalení hlasu* podle paní Werbeck na MusikSeminar v Německu, které po pěti letech absolvovala jako pedagožka a komorní zpěvačka;
- dvou roční nástavbový kurz operního zpěvu – tamtéž;
- absolvování terapeutické specializace *Školy pro odhalení hlasu*;
- je pedagogem na Alfred Schnittke Akademie International v Hamburgu, v čele instituce stojí od roku 2014;
- organizuje kurzy pedagogů a terapeutů *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck v Rusku.

K. P.

- předškolní pedagog v MŠ, titul Bc.;
- zúčastnila se pětiletého kurz Balda Mikulíče v Olomouci, čtyři roky;
- seminář Terapie zpěvem u Thomase Adama v Německu, čtyřleté studium;
- pracuje s dětmi předškolního věku.

Jana Šindelářová

- absolventka mezioborového studia Rostlinné biotechnologie na VŠZ-PřF UK, titul Ing.;
- soukromé studium zpěvu a altové zobcové flétny;
- členka souborů Musica Fresca, Cappella Academica a dalších zaměřených na historicky poučenou interpretaci staré hudby (zpěv, zobcové flétny) v 80. /90. letech;
- semináře Letní školy staré hudby Valtice (sólový i sborový zpěv a zobcové flétny);
- Týnská škola – obor Sbormistr chrámové hudby, rok a půl;
- letní interpretační kursy barokní hudby s Michaellem Pospíšilem;
- tříletý seminář Waldorfské pedagogiky pro mateřské školy;
- tříletý seminář Waldorfské pedagogiky pro základní školy;
- od r. 2003 absolvovala a od r. 2005 i organizovala semináře Baldo Mikuliče v Praze dvakrát ročně;
- čtyřstá hodin hospitace na individuálních a terapeutických hodinách u Baldo Mikuliče během kursů v Praze;
- kursy, individuální hodiny a hospitace u Susanny Dornwald, žákyně Jurgena Schriefera a Christy Waltjen;
- rozšiřující seminář Terapie zpěvem u Thomase Adama v Německu, čtyřleté studium, připravuje závěrečnou práci;
- soukromé hodiny a hospitace u Christy Waltjen;
- tříletý seminář antroposofické medicíny pro lékaře a terapeuty v Praze;
- od r. 2013 se účastní se kurzů Christiana Boele v Praze;
- od r. 2015 studuje rozšiřující, tři a půlletý Schulungskurs *Školy odhalení hlasu* v Německu s Christianem Boele;
- pracuje s dospělými – individuálně i skupinově.

Jana Hrdličková

- absolventka AMU v Praze obor zpěv;
- zájem o interpretaci staré hudby – příležitostná sólová vystoupení;
- absolvovala individuální hodiny u Jany Šindelářové;

- od r. 2006 navštěvovala kurzy Balda Mikuliče v Praze (probíhaly dvakrát ročně) a v Bratislavě;
- pětiletý kurz Balda Mikuliče v Olomouci;
- třetím rokem se účastní kurzů Christiana Boeleho v Praze;
- učí na ZUŠ sólový i komorní zpěv, vede sbor Zbraslav.

Anna Nosková

- studium Fakulty humanitních studií v Praze;
- studium tradiční čínské medicíny a akupunktury v KS na ČSBS;
- absolvovala tříletý kurz Waldorfské pedagogiky pro ZŠ;
- kurzy Balda Mikuliče v Praze;
- samostudium a soukromé hodiny u Jany Šindelářové a Balda Mikuliče;
- studuje třetím rokem rozšiřující vzdělání Terapie zpěvem u Thomase Adama v Německu;
- účast na kurzech: Sinikka Mikola (Švédsko), Pär Ahlbom (v evropských zemích), Mona Peter (muzikoterapie Německo);
- soukromé hodiny u Christy Waltjen;
- třetím rokem se účastní kurzů Christiana Boele v Praze;
- působí v rámci volnočasových aktivit (školka, škola, dospělí a též vyučuje individuálně).

Jitka Vítovcová

- Střední průmyslová škola oděvní;
- pětileté denní studium na Akademii sociálního umění Tábor;
- externí pracovník Akademie Tabor (Ruční šití) od roku 2006;
- dvouletý skupinový výcvik Základy poradenství – práce na vývoji osobnosti pod vedením MUDr. Petra Mílka (antroposofické pojetí světa i moderní psychoterapeutické metody);
- *Škola odhalení hlasu* od r. 2006 na kurzech Balda Mikuliče v Praze;
- pětiletý kurs u Balda Mikuliče v Olomouci;
- soukromé studium u Christiaana Boele a účastník jeho pražských kurzů (současně i organizátor těchto kurzů)

b) Frekventanti tzv. pedagogického směru

Další skupinu účastníků výzkumné sondy tvoří učitelky, zpěvačky či další jedinci, kteří se věnují *Škole odhalení hlasu* především z hlediska hlasového a osobnostního rozvoje a hlasové terapie. Lze je označit jako představitele pedagogického směru *Školy odhalení hlasu*. Jsou to buď lidé, kteří se zpěvem momentálně zabývají, nebo se kdysi zabývali, ale zklamal je způsob, kterým bylo vyučování vedeno, nebo hledají nové cesty. Patří sem však i ti, kteří nikdy nezpívali, a cestou *Školy odhalení hlasu* poznávají své hlasové možnosti a zažívají znění svého hlasu poprvé. Všichni jmenovaní se se *Školou odhalení hlasu* setkali buď na kurzech prof. Baldo Mikuliče nebo Christiana Boele. Někteří z nich docházejí na pravidelné Werbeck-zpívání, tj. skupinové zpívání nebo individuální hodiny, které vedou Jana Šindelářová nebo Jana Hrdličková.

Zajímalo nás profesní zaměření těchto respondentů. Jsou to dospělí lidé, kteří se zpěvu (až na Gábinu Eibenovou) profesionálně nevěnují. Zpívají pro radost. Vnímají, jak se vlivem *Školy* proměňuje jejich zpěv a jejich vztah ke svému hlasu.

Zastoupení respondentů skupiny b):

Gábina Eibenová (sólová zpěvačka)

Helena Petrová (pedagožka – HV na ZŠ)

Irena Horáková (překladatelka)

Anna Tinclová (podnikatelka, studentka eurytmie)

Viktorie Anna Grohová (výtvarnice)

Zdeňka Prokopová (v důchodu)

Karel Tachecí (biozemědělec)

Kristýna Chytráčeková (učitelka v Montessori MŠ)

David Fírek (grafik)

Anna Polverari (učitelka italštiny)

Lucia Piršelová (sólová zpěvačka, pedagožka – HV, družina Waldorfská ZŠ)

3.1.4 Vyhodnocení dotazníkového šetření

Vyhodnocení odpovědí frekventantů skupiny a) na otázky 1-4

Olgu Gorodkovou oslovila *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck svou nenásilností a přirozeností. Olga zkoušela jiné pěvecké školy, chodila na kurzy a otevřené hodiny, chtěla skládat přijímací zkoušky do Ruské hudební akademie Gnesinových. Ale když slyšela absolventy těchto škol, pochopila, že ji tento způsob zpěvu nepřitahuje. Rozhodla se odejít studovat *Školu* paní Werbeck do Německa – do školy, která se tenkrát jmenovala Musik-Seminar. Zdůrazňuje fakt, že se v MusikSeminar první dva roky neurčuje druh hlasu ani žánr, v němž má zpěvák působit. Po pěti letech absolvovala jako učitelka zpěvu a komorní zpěvačka. Navíc cítila, že možnosti jejího hlasu jsou otevřené. Proto pak ještě dva roky pobývala na stáži věnované opernímu zpěvu. *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck je pro Olgu základem veškerého hudebního vzdělání.

Používá principy *Školy* pro sebe, aby se rozezpívala, připravovala repertoár atd. Zpěv využívá od roku 2000. Připravuje nejen budoucí profesionály, ale věnuje se i nadšeným amatérům. Hlasové školení podřizuje individualitě žáka. Používá více metod, mezi nimi i *Školu odhalení hlasu* paní Werbeck.

Olga Gorodková v Německu absolvovala oba směry *Školy*, včetně terapeutické specializace. Ale na začátku své profesní kariéry neměla potřebu terapii v životě aplikovat. Až po návratu do Ruska začala tuto potřebu cítit, když za ní přicházeli žáci, kteří ani nevěděli, že terapii potřebují. Říká, že v podstatě *Škola* je sama o sobě terapeutickou, protože je správná a naslouchá přirozenosti. To znamená, že *Škola* pomáhá všechno v těle uvést do rovnováhy a obnovuje síly – jinými slovy působí léčivě na všechny, i když na léčivý účinek člověk ani nemyslí. Olga je přesvědčena o tom, že cvičení jsou natolik uvědomělá a oduševnělá, že je nelze provádět mechanicky. To je hluboký flexibilní proces, který je podobný komunikaci mezi hlasem a zpěvákem. Olga Gorodková říká, že „každé cvičení se zkoumá každý den a každý den si v něm člověk najde něco nového“.

K. P. působí v mateřské školce jako učitelka předškolní pedagogiky. Zpívá od dětství a před nástupem na pedagogickou fakultu uvažovala o studiu zpěvu na konzervatoři. Nakonec se rozhodla pro bakalářské studium předškolní pedagogiky na pedagogické fakultě v Olomouci, které ukončila titulem Bc. *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck ji zaujala v jejích 23 letech. Cítila, že je pro ni východiskem z hlasových potíží, do kterých se dosta-

la – přetížení hlasivek, hlasová únava, jež přecházela v chraptivost. Rázné řešení těchto potíží pro ni bylo zásadní věcí. Po čtyři roky studovala kurz u Balda Mikulíče. Velmi intenzivně se věnovala domácímu samostudiu. *Škola odhalení hlasu* ji zaujala natolik, že se rozhodla studovat v Německu u Thomase Adama rozšiřující dálkové vzdělání Terapie zpěvem v Langenbergu. Toto čtyřleté studium úspěšně absolvovala v letošním roce.

K. P. uplatňuje *Školu* pro sebe a také v pedagogické práci s dětmi předškolního věku. Principy *Školy* kombinuje a používá hlavně pro udržování zdraví svého profesního hlasu. *Škola odhalení hlasu* jí pomohla otevřít její vlastní hlas a díky ní dokáže ve své hlasově náročné práci udržet hlas v kondici. Podle paní Werbeck léčí K. P. sebe sama, ale pomáhá i svým blízkým.

Jana Šindelářová celý život hledala správný způsob zpěvu a poznání vývoje člověka. Nejdříve během pětileté práce v laboratoři na své diplomové práci v oboru rostlinných biotechnologií, a zároveň v hudbě. V mládí především v souborech, které se věnovaly historicky poučené interpretaci renesanční a barokní hudby. Z tohoto prostředí pocházela i její hlavní učitelka zpěvu Květa Cíznerová, která vedla soubor Musica Fresca. Neustálé hledání zdravého, vyrovnaného způsobu zpěvu, správné výslovnosti hlásek a hlavně hluboké naslouchání hudbě a hledání správného výrazu je to, co si odtud Jana přinesla a s čím pokračovala v hledání dále. Po narození dětí začala studovat waldorfský seminář pro MŠ a pak i ZŠ, aby hlouběji porozuměla vývoji člověka. Současná oficiální pedagogika a medicína ani výuka zpěvu a její interpretace jí nedávaly dostatečné odpovědi na její otázky. V té době se setkala také se *Školou odhalení hlasu* na prvním kursu Balda Mikulíče v Praze v r. 2003. Od prvního setkání věděla, že toto je její cesta. *Škola* v sobě ukrývala vše, co hledala – tedy správný způsob zpěvu, cestu k poznání sebe sama i vývoje člověka. Studium semináře Terapie zpěvem u Thomase Adama, hodiny zpěvu u Christy Waltjen a navazující studium antroposofického lékařského semináře bylo logickým vyústěním její cesty za poznáním. Nyní studuje další prohlubující seminář u Christiana Boele v Německu a samozřejmě se účastní všech jeho kursů v Praze od r. 2012.

Žáci, kteří ji vyhledávají, se většinou potýkají s podobnými otázkami ve svém životě jako ona (i když nejdříve přicházejí třeba jen s potřebou lépe zpívat). Je radostí vidět, jak hluboce jim *Škola odhalení hlasu* v tomto pomáhá a doprovází na jejich cestě životem. Jana cituje paní Werbeck: „Těžko existuje nějaké umělecké cvičení, které zasahuje tak hluboko

do fyzicky organického, jako cvičení zpívání.“⁴⁰ A dodává: „Ve zpěvu přivádíme do harmonie všechny síly, které v sobě máme. Proto tato *Škola*, která je vystavěna na hlubokém, celistvém poznání člověka, v sobě také ukrývá ty nejhlubší léčivé síly. A každý, kdo s ní přichází do styku, si z ní sám nebo prostřednictvím učitele či terapeuta „nabírá“ tolik, kolik sám potřebuje a také unese. Buď pro umělecký zpěv, pro zpěv jen pro radost, pro řešení svých zdravotních problémů či pro nalezení sebe sama, jak žít a působit správně v tomto světě. Ale všechny na jejich cestě proměňuje. Jak také říkává Christiaan Boele: „celé školení zpěvu je hlavně překonáváním starých zvyků“. A to nejen ve zpěvu, ale zároveň i v životě. Je to cesta, jak se stát lepším člověkem na všech úrovních. Jak se naučit naslouchat – hudbě, sám sobě a celému životu. Jak proměnit svoji duši – své myšlení, cítění i vůli (protože jsou to síly, které ve školení zpěvu v této *Škole* vědomě používáme), aby se mohla stát nositelem ducha.“

Janu Hrdličkovou (absolventku HAMU, nyní hlasovou pedagožku a příležitostnou sólovou interpretku staré hudby) oslovila *Škola pro odhalení hlasu* paní Werbeck tím, že se jí jeví jako nejucelenější školou zpěvu, která respektuje i spirituální složku člověka. *Školu odhalení hlasu* paní Werbeck dnes studuje již cca deset let. Nejprve navštěvovala terapeutické hodiny u Jany Šindelářové. Po té téměř všechny kurzy Baldo Mikuliče v Praze (dvakrát ročně) a na Slovensku v Bratislavě (pořádá Monika Sáričková). Třetím rokem je pravidelným účastníkem kurzů Christiana Boele v Praze.

Myšlenky *Školy odhalení hlasu* využívá především pro sebe a ve své pedagogické praxi. Učí na ZUŠ sólový i komorní zpěv, vede sbor Zbraslav. I když říká, že není terapeutkou, sama na sobě zjišťuje, že *Škola odhalení hlasu* má zklidňující a relaxační účinky.

Anna Nosková *Školu odhalení hlasu* paní Werbeck používá především pro sebe. Pocítila na sobě i výrazný léčebný dopad jednotlivých cvičení. Díky používání cvičení na zapomenutí dýchání a díky práci na vedení zvuku a jeho rozšíření, se jí vylepšil stav dutin, jejichž záněty od dětství trpěla.

Nepovažuje se za učitelku *Školy* paní Werbeck, ačkoli ji částečně používá při práci s pěveckým kroužkem dětí a při zpívání pro radost se zdravými dospělými zpěváky – amatéry. Ze *Školy odhalení hlasu* v praxi používá pouze ta cvičení, která sama dobře zvládla, a je poučená o jejich účinku.

⁴⁰ ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЕМ В., 2009, s. 141-157.

Anna Nosková říká: „Hodně času věnujeme cvičením na zapomenutí dýchání, která vedou k celkovému uvolnění, ale i k aktivizaci. To oceňují zejména maminky, které na zpívání do skupiny docházejí.“

Jitka Vítovcová citlivě vnímá, jak *Škola* přirozeně vstupuje do jejího života a vede ji. Citujeme z její odpovědi v dotazníku: „*Škola odhalení hlasu* je pro mne určitým školením, které může člověka vést nejenom k jeho hlasu, ale i k němu (člověku) samotnému a dokonce až k otázkám podstaty lidství a světa. Ovlivňuje zdraví člověka na úrovni fyzické, duševní i duchovní... Musím tady poznamenat, že jsem se zpěvu nikdy zvlášť nevěnovala a také ostatní úkoly, které mi *Škola* přináší, jsou pro mne nové a tím pádem jsou pro mne velkou výzvou. Obrazně bych mohla říci, že mě tato *Škola* oslovila, abych se jí prostě věnovala, a vůbec není ve svých požadavcích skromná, ale chce, abych se jí věnovala po všech stránkách, a ona mi naopak do všech oblastí mého života zasahuje.“

Od roku 2006, kdy se zúčastnila svého prvního kurzu s prof. Baldo Mikulíčem, je až dodnes jak sama říká na *Školu odhalení hlasu* „stále napojená“ a dokonce některé okolnosti svého života vnímá jako součást této „cesty k odhalení hlasu, i když se nejednalo přímo o zpěv“.

Vedle kurzů s Baldo Mikulíčem se věnovala i pětiletému víkendovému studiu, které vedl též Baldo Mikulíček. Od roku 2012 se v roli účastníka a především organizátora věnuje kurzům Christiana Boele, které se konají na jaře a na podzim v Praze.

Jitka Vítovcová nemá pedagogické ani odborné hudební vzdělání, přesto patří k oporám týmu, který staví základy pro zakotvení *Školy odhalení hlasu* v České republice.

Vyhodnocení dotazníkového šetření a informací získaných při řízeném rozhovoru s frekventanty obou skupin, tj. a) a b) k otázkám 1-4.

Škola odhalení hlasu oslovuje svou přirozeností a nenásilným přístupem k hlasu i člověku. I když jednotlivá cvičení vyžadují větší či naopak minimální koncentraci mysli a zapojení tělesné aktivity, promyšlená výstavba lekcí ve svém výsledku zpěváka nevyčerpává, ale naopak nabíjí novou energií, dělá člověka uvolněným, šťastným. Jeden z frekventantů popsal tento zážitek: „po cvičeních člověk cítí, jak přes něj proudí radost“.

Dalším velmi důležitým aspektem, který zájemce o *Školu* přitahuje, je hlavně přístupnost *Školy* pro všechny. Na kurz mohou přijít i lidé, kteří nikdy nezpívali a dost často si myslí,

že ani zpívat neumějí. Zároveň není kladen důraz na věk, zkušenosti či hlasovou přípravu případného studenta. Tento fakt se může pro někoho stát vzácnou událostí, která skutečně změní jeho život. Ti, kteří tuto proměnu zažili, se ve svém osobním sdělení téměř shodují.

V průběhu lekcí, na základě motivací a prováděných cvičení a následně i domácím samostudiem se otevírají skryté síly uvnitř člověka a díky těmto prožitkům a naslouchání sobě a okolí se člověk stává citlivějším, vnímavějším, jeho přístup k životu a k vnějšímu světu se proměňuje. Každodenní používání *Školy odhalení hlasu* člověka harmonizuje, „vyladuje“, utužuje, psychicky srovnává.

A to je jeden s charakteristických momentů *Školy*. V podstatě všichni, kteří se zpěvem podle *Školy odhalení hlasu* zabývají, říkají, že se jim mění nejenom pocity při zpívání, ale hlavně, že se proměňuje celý život, životní styl. Cvičení podle paní Werbeck je uvádějí do rovnováhy. Podle slov paní Jany Hrdličkové „napovídají způsob, jakým žít smysluplně na této planetě plnohodnotný život a nejen přežívat každý den“. Olga Gorodková zase říká, že „škola dává cestu a celou dobu studia je člověk na této cestě“. To je asi obecné pravidlo, ale obvykle jsou nějaké hranice, kterých se dá dosáhnout, nebo člověk zjistí, že je nikdy nedosáhneš. *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck kvůli své duchovnosti nemá žádné předěly, kterých by člověk dosáhl a zjistil, že jsou konečné. Naopak, čím dále se jde, tím je cesta zajímavější. V podstatě každý dotyčný nezávisle na sobě svým způsobem mluvil o své cestě, kterou mu *Škola* nabídla.

Všichni dotazovaní se zmínili o pozitivním vlivu *Školy* na zdraví člověka a to jak na úrovni fyzické, tak i duševní a duchovní. Někomu se zlepšuje stav ledvin, někomu se zmenšují alergie, mizí problémy s astmatem, všichni vnímají pozitivní účinky na psychiku. V podstatě každý vnímá čistě pěvecké a s tím související terapeutické působení *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck v propojení se sebou samým.

Frekventanti skupiny b) nepoužívají *Školy odhalení hlasu* s cílem pedagogického působení. Pro ně je nejdůležitější vlastní rozvoj, možnost sebevyjádření, rozvoj komunikace, upevnění sebedůvěry, sebejistoty, nalezení harmonického soužití se sebou samým i s okolním světem. *Škola* je jednou z cest jak obnovit a rozvinout sám sebe.

Někteří z dotazovaných si uvědomují, že současně s duševním a duchovním rozměrem přináší *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck důležité hlasové dovednosti a zkušenosti. Jmenujme ty základní, které se podílejí na odhalení hlasu. Žáci *Školy* vědomě pracují: 1.

na utváření mluvidel – čímž se výrazně zlepšuje artikulace, srozumitelnost slova; 2. na „zvědomování“ tělesnosti – uvědomují si svůj postoj nebo způsob sezení; 3. učí se prožívat a fyziologicky správně zapojovat svalový tonus. Při zpěvu podle *Školy* se člověk naučí jinak a lépe dýchat, rovná se. Napřimuje se duševně i tělesně.

Vyhodnocení dotazníkového šetření a informací získaných při řízeném rozhovoru s frekventanty obou skupin, tj. a) a b) k otázkám 5-6.

Důležitým aspektem prováděných rozhovorů bylo dozvědět se, jak účastníci výzkumné sondy vnímají rozdíly mezi *Školou odhalení hlasu* paní Werbeck a jinými školami zpěvu.

V současné době se dá jen stěží mluvit o jednotné pěvecké škole. Směry pěvecké pedagogiky se prolínají, vzájemně inspirují, přizpůsobují interpretačním požadavkům jednotlivých stylů a žánrů hudby. Metodika výuky zpěvu v sobě často odráží školení a zkušenosti pedagoga, úroveň jeho pedagogického talentu. Přesto se pokusme najít momenty, v nichž se *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck výrazněji odlišuje od dosud nejčastěji užívaných trendů v současném hlasovém školení. Ze získaných informací výzkumné sondy vyplynuly některé názory, na kterých se shodli všichni dotazovaní, a popisují je jako unikátní projev *Školy odhalení hlasu*. Pro většinu z nich je zásadním odlišením způsob dýchání. Pojetím dechové funkce se *Škola* podle paní Werbeck principiálně odlišuje od jiných škol. Ve *Šcole odhalení hlasu* se používá jiná kvalita dechu, jinak se k dechu přistupuje. To si na sobě uvědomuje každý, kdo se se *Školou odhalení hlasu* seznámil.

Velmi důkladně se u této otázky zastavila Jana Šindelářová. Proto poznatky získané při rozhovoru s ní uvádíme v kontextu, jak nám byly sdělovány. „Hlavní ideou způsobu dýchání podle paní Werbeck je neovlivňovat dech vůlí, ale naopak dýchání ponechat v nevědomí, vnímat ho tak málo, jak na něj myslíme v běžném životě.“ To koresponduje i s názorem Olgy Gorodkové, která říká: „Když člověk zapomene na problém, problém přestane existovat. V tomto pohledu paní Werbeck byla skutečně progresivní. Právě teď je tento názor velmi rozšířen nejenom z hlediska rozvoje hlasových schopností, ale i v běžném životě.“ Jana Šindelářová uvádí, že „je důležité, aby si zpěvák uvědomil, že nepotřebuje spoustu vzduchu v sobě, ale potřebuje, aby jím vzduch volně procházel. Je potřeba oživit a probudit svaly v oblasti bránice a příslušné svaly břicha, aby se staly pevnými a pružnými za pomoci rytmických pohybů. Pak jsou samy schopny dostatečně rychle reagovat na naši potřebu dechu, aniž bychom se o to museli starat. Otázka kvantitativní

spotřeby dechu se tím sama od sebe stáhne do pozadí. Navíc paní Werbeck říká, že nemůžeme dech sám o sobě učinit předmětem pozorování a „cvičit ho“, aniž bychom u toho zpívali. Je vždy zapotřebí, aby námi přitom procházel zvuk, čímž se zabezpečí potřebná uvolněnost a pružnost při cvičeních. Tato cvičení pomáhají i v běžném životě – aby člověk nebyl ani ztuhlý, ale ani příliš uvolněný a aby byl schopný pružně reagovat. Naše dýchání „vypadlo“ z přirozeného rytmu, řádu kosmu. Je přehlaceno dýcháním plicemi na úkor dýchání kůží. Proto je potřeba, aby se plicní dýchání znovu začlenilo do celkového procesu dýchání. Toho dosáhneme právě cvičeními na zapomenutí dýchání, kdy se rytmus kožního a plicního dýchání vyrovnává. V dechu je ukryta velká životní síla, se kterou nemůžeme zacházet podle svojí libovůle, ale musíme ji nechat svobodně v nás působit. Teprve pak může působit opravdu léčivě. Vzhledem k tomu, že v dnešní uspěchané době se náš dech stává stále mělčí a mělčí, leží v tomto způsobu dýchání možnost, jak dech přivést znovu k jeho správné funkci v našem organismu.“

Jana Hrdličková na problém dechu podle *Školy* paní Werbeck nahlíží v rovině duchovní. Říká, že „dech je součástí pulzního systému v člověku, kam patří i tep srdce a "tep" celého Stvoření kolem nás. Pokud dech definujeme pouze jako fyzikální jev, nemáme spojení s tepem (pulzem) vyššího řádu bytí, ze kterého hudbu skrze inspiraci přijímáme, a tudíž ji pak také nemůžeme čistě interpretovat, protože se nespojujeme s tím, odkud se mohla zjevit.“

Jana Hrdličková uvádí další rozdíl, kterým se liší *Škola* od jiných pěveckých škol. Ten rozdíl spočívá v tom, že v žádné jiné škole se neobjevuje taková preciznost ve vyrovnané práci s vokálem i konsonantem. Pokud se pracuje pouze s vokálovou složkou, ztrácíme srozumitelnost v textech ve vyšších polohách. Pokud pracujeme pouze s artikulací, ztrácíme zvukovou složku a možnost obohacení hlasového znění o tzv. hlavový tón.

Někteří frekventanti vnímají rozdíl *Školy* a ostatních směrů velmi citlivě. Jejich dosavadní zkušenosti s výukou zpěvu v sobě nesou nepříjemné vzpomínky, kdy měli dojem, že vyučování bylo vedeno násilným způsobem, s úsilím bylo procvičováno zadržování a „podivné“ vypouštění dechu, znění tónu „bylo vedeno“ nastavováním grimas a cíleným umísťováním rezonování tónu do konkrétního místa. Tyto vnější manipulace nebyly příjemné, a tak často hodiny zpěvu opouštěli a hledali jiného pedagoga. V jednom případě byl důvodem odchodu i hlas učitelky, který nebyl žákovi příjemný (připomínal „ječení“, hlasu chyběla lehkost a oduševnělost).

Dalším velkým rozdílem, který zaznamenali i pěvečtí amatéři, byl důraz na výkon ve zpěvu, který většina pěveckých škol vyžaduje. Respondentům vadilo, že se přikládá malá důležitost samotnému procesu, objevování hlasu a radosti z volného znění hlasu. Vnímání, prožívání hlasu jako takového často zůstávalo na pozadí. Bylo potlačeno snahou žáka vyhovět požadavkům učitele a vůlí předvést se. Na hodinách se nedostávalo času, který proces objevování hlasu vyžaduje. Toho času, který je ve *Škole odhalení hlasu* samozřejmostí. „Nespěchej, naslouchej, hlas přijde sám“ (citováno ze semináře prof. Balda Mikulíče).

Další velkorysou zásadou *Školy odhalení hlasu* je, že neklade důraz na striktní seznam hlasových cvičení daného rozsahu, do kterých je nutno bezpodmínečně žáka „vtěsnat“, a tak s ním docílit požadovaného pokroku, jak je zvykem u obvyklých metod výuky zpěvu. Pedagog *Školy odhalení hlasu* vychází z dispozic a specifických projevů konkrétního žáka a cíleně vybírá cvičení. Vedle typu cvičení dbá i na to, v jakém pořadí a jak dlouho bude zvolená cvičení s jedincem provádět. Celý proces vnímá v souvislosti s osobností a životní situací daného žáka.

Z odpovědí respondentů je zajímavé zaznamenat pocit, který v nich vyvolává školení skrze cvičení užívaná ve *Škole odhalení hlasu*, a jak se proměňuje jejich vztah k vlastnímu zpěvu po seznámení se *Školou*. Z tohoto hlediska jsme pozorovali velmi pozitivní dojem u všech, kteří se výzkumné sondy zúčastnili. V podstatě jsme nezaznamenali, že by po absolvování kurzu nebo sólové hodiny zůstal někdo k prožitému školení lhostejný. Principy *Školy odhalení hlasu* nechávají svůj pozitivní vliv v srdci každého. Lidé se usmívají, jsou uvolnění. K. P. například říká, že je *Škola* „jednoduchá, hravá a přináší uvolnění a radost ze zpěvu“, pro K. P. je to její „tady jsem doma“.

Všichni, kteří se *Školou* zabývají, jsou si vědomi, že cvičení mají správný účinek, pokud se provádějí průběžně. Jitka Vítovcová je přesvědčená, že na to, co přináší na kurzu lektor, je potřeba navázat samostatnou domácí prací, nejlépe pravidelnou a každodenní. Pak má *Škola odhalení hlasu* obohacující výsledky. Na druhou stranu i jedna individuální hodina, jeden kurs může změnit život. Člověk dostane zásadní impuls, se kterým jde pak životem dál.

3.1.5 Závěry výzkumné sondy a verifikace hypotéz

Výzkumná sonda představující kvalitativní výzkum na vybraném vzorku sedmnácti respondentů hypotézy č. 1., 2., 3. převážně potvrdila.

✓ *Hypotéza č. 1:*

Předpokládáme, že všichni dotazovaní svými výpověďmi potvrdí pozitivní účinky Školy.

V odpovědích se všichni účastníci shodují – oceňují pozitivní vliv *Školy* na zdraví člověka (a to jak na úrovni fyzické, tak i duševní a duchovní), na rozvoj osobního potenciálu a konstatují, že vlivem *Školy* se jejich přístup k vnímání vnějšího světa a sebe v něm proměňuje (nalezení harmonického soužití se sebou samým i s okolním světem).

✓ *Hypotéza č. 2:*

Předpokládáme, že principy Školy budou respondenty využívány převážně pro obohacení jejich vlastní pěvecké zkušenosti a pro osobní rozvoj, než pro profesionální pedagogické či terapeutické využití.

Tato hypotéza se potvrdila. Ze sedmnácti dotázaných se pouze pět věnuje práci, při níž aktivně využívají *Školu* k výuce či v terapeutické praxi (v jednom případě při výuce na MŠ, ve dvou případech při profesionální výuce zpěvu, v jednom případě v terapeutické praxi, v jednom případě jen částečně jako doplněk při práci s dětmi a zájmovém zpěvu dospělých). Těchto pět respondentů se dlouhodobě zajímá o *Školu odhalení hlasu* se zaměřením na odbornou profesní přípravu (vzdělání dokončili dva frekventanti, před ukončením plnohodnotného vzdělání jsou dva respondenti, jeden frekventant vyučuje zpěv podle *Školy* bez vzdělání v Německu, ale má bohaté zkušenosti, které získal na četných kurzech vedených zahraničními lektory *Školy* v Čechách a na Slovensku). Jak ukazují poznatky z Ruska, i zde je o *Školu* zájem, ale odborníků s plnou kvalifikací (tím je míněno ukončené studium v plném rozsahu absolvované v Německu) není příliš mnoho (podle informace Olgy Gorodkové, vedoucí školy Alfred Schnittke Akademie International v Německu, mají v Rusku plné vzdělání ukončeno pouze tři lidé).

✓ **Hypotéza č. 3:**

Předpokládáme, že respondenti vnímají největší rozdíl Školy od jiných pěveckých škol v přístupu k dýchání, většina z nich však není schopna vědomě a do hloubky uchopit podstatu práce s dechem podle Školy odhalení hlasu.

Z dotazníků a následných rozhovorů bylo zřejmé, že dechová práce podle Školy je většinou účastníků vnímána jako něco nového, co v rámci praktického provádění jsou schopni realizovat a zároveň přitom prožívat a vnímat účinek dechových cvičení na hlas, zdraví a psychické naladění. Z výpovědí frekventantů je zřejmé, že jde o zkušenost, která však není uchopena hlubším teoretickým poznáním, což neplatí u respondentů, kteří prošli nejen praktickou, ale i teoretickou přípravou v Německu. Teprve ve spojení praxe s teoretickým vzděláním je jedinec schopen uchopit Školu odhalení hlasu v jejím pravém základu, z něhož pak tvořivým způsobem může ve své odborné praxi vycházet. K hlubší podstatě dechu se při rozhovorech vyjádřily Olga Gorodková, Jana Šindelářová a Jana Hrdličková.

Získané poznatky vedou autorku práce k přesvědčení, že Škola odhalení hlasu paní Werbeck v současné době nachází v Čechách své příznivce, kteří se s velkým zaujetím Škole věnují. Pro rozšíření Školy odhalení hlasu paní Werbeck jsou položeny základy, ať již formou pravidelných kurzů, které vedou zahraniční lektori, tak i přípravou mladé generace českých lektorů, kteří budou oporou pro rozvoj této Školy v Čechách.

4. Pěvecký dech v pojetí autorky práce

Autorku této práce zaujal na *Škole odhalení hlasu* paní Werbeck hlavně přístup k dechovým cvičením a k dýchání obecně. Bylo to pro ni vždycky záhadné téma, kterému se raději vyhýbala.

Změnou přístupu k dechu se celý „pěvecký svět“ autorky práce změnil. Nestalo se to ihned – v jejím případě šlo o čtyřletou práci, kdy ona postupně přestavěla své dechové návyky ve spojení s opravou držení těla a odstraněním „potřeby předechnout se“.

Studiem knihy paní Werbeck a na základě konzultací s Olgu Gorodkovou a Janou Šindelářovou dospěla autorka práce k vlastnímu pohledu, který je syntézou dosavadních zkušeností autorky z hodin hlasové výchovy a nových poznatků získaných v této bakalářské práci.

Dechová cvičení na začátku hodiny používá skoro každý poctivý učitel zpěvu, ale jde o to, jak je motivuje a jakým způsobem jsou prováděna. Toho si autorka byla vědoma vždy, když sama vyučovala zpěv. Uvědomovala si, že velkou chybou je oddělování dýchání a školení dechu od bezprostřední výuky zpěvu. Příkladem toho jsou v praxi tak často užívaná cvičení na prodloužení výdechu, kdy se nadechuje a pak dlouho vydechuje na určitou hlásku (většinou sykavku „s“) a cvičení, kde se s dechem „pracuje“ ve spojitosti s tak zvaným „opřením dechu“ (zesilování a zeslabování sykavky). V praxi bývají tato cvičení prováděna mechanicky nebo naopak jsou vedena usilovnou vůlí s dechem manipulovat. V průběhu těchto cvičení může docházet k nežádoucímu tlaku výdechových svalů (zejména břišních, kdy se může vypěstovat tzv. „břišní lis“). Návyk „tlačit dechem“ se při zapojení hlasu negativně projeví na jeho znění. Navíc tato izolovaná cvičení vedou často k návyku „předechnutí“, při kterém se dech stává neovladatelným. Hlasivky jsou atakovány přemírou dechu, dochází k jejich překrvení s následnou tvorbou krevních výronů či otoků hlasivek, v horším případě se vytvoří hlasové uzlíky. Nevyváženost napětí hlasivek a dechového proudu způsobí, že při zpěvu nespotřebovaný vzduch uniká a v kvalitě tónu se projeví jako dyšná příměs, slyšitelný hlasový šelest.

Problematickostí dechových cvičení vedených izolovaně – bez hlasu – tkívá v tom, že při jejich provádění nedochází k procvičování koordinace mezi dechem a hlasivkami. Jemnost této koordinace (provázená nasloucháním) je celoživotním úkolem zpěváka. Zpěvák ji musí stále obnovovat, vyvažovat, aby si zachoval zdravý hlas.

A právě *Škola odhalování hlasu* nás na této celoživotní cestě provádí. Na rozdíl od výše zmiňovaných cvičení je při zkvalitňování dechové práce v pojetí *Školy* podle paní Werbeck dech vždy nositelem zvuku, tj. dechová cvičení jsou provázena zvukem. Většinou to bývá trochu zábava a hra, která však má svá pravidla, např. rytmičnost (proces vědomého „dohledu“ a soustředění na správné provedení cviku), dynamickou kázeň (probíhá proces naslouchání), vnímání tělesných pocitů a duševních prožitků. Zaměření žáka na daná pravidla či na představu motivovanou pedagogem způsobí, že se odvede jeho pozornost jinam a on si většinou ani neuvědomuje, kdy ve cvičení nadechuje a kdy vydechuje.

Hlavním pozitivem těchto cvičení na zapomenutí dýchání je to, že vědomím a hlavně manipulací vůle nezasahujeme do samotného průběhu dechového cyklu. A to je okamžik, kdy začíná naše tělo reagovat přirozeně, postupně se osvobozuje od chybných návyků spojených s usilovným vědomím dýchat. Při tomto způsobu školení dechu navodíme pocit pravdivosti a nekonečného plynutí dechu, aniž přemýšlíme, jak jsme toho dosáhli.

Názorově se v tomto shodujeme se slovy paní Werbeck, která říká, že „toto správné dýchání dosáhneme, pokud se nám při zpěvu podaří posílit jednotný rytmus dýchacího procesu náležitými pohyby, takže celkový dýchací proces získá sílu a sám od sebe se začlení do přirozeného rytmu. Pohyby můžeme navodit jen pomocnými výkonnými svaly svalového systému... Pro tuto úlohu hledáme příslušné svaly, abychom je cvičením oživil a posílili... Cílem je vrátit dechu jeho přirozený, pravlastní rytmus, to znamená najít správné východisko tohoto pohybu a zkonsolidovat ho pod bránicí... Je tedy třeba přednostně procvičovat svalstvo bránice jakož i břišní svaly, aby byly pružné, pohyblivé a živé, aby mohly sledovat všechny proměny dýchání Na vypěstování této pružnosti, pohyblivosti a schopnosti reakce svalů je třeba vynaložit značné množství práce ... Nestačí totiž, aby pohyby „poslouchaly“ naše vědomí, které na počátku školení řídí rytmické provádění těchto cvičení, ale svaly se musí naučit vykonávat tuto činnost s takovou samozřejmostí, abychom se mohli následně zcela oddat procesu dýchání. Proto musí být tato cvičení prováděná od začátku školení. Dech pak funguje samostatně, „přirozeně“, samozřejmě, ale na vyšším uměleckém stupni.“ (překlad – autorka práce)⁴¹

⁴¹ ВЕРБЕК-ВЕРДСТРЕМ 2009, s. 165-168

Pro autorku práce je nesmírně důležitý i další přínos *Školy odhalování hlasu* k otázce dechu, na který paní Werbeck poukazuje: je jím kožní dýchání, důraz na to, že dechu se neúčastní pouze plíce, ale že dýcháme celým povrchem těla.

„Měli bychom si však uvědomit, že ve skutečnosti nedýcháme pouze plícemi, ale celým povrchem svého těla! Protože však tato část dýchacího průběhu zcela uniká našemu vědomí, zapomínáme na něj... Při všech vědomě používaných technikách dýchání se dnes bere v úvahu pouze vzduch vdechnutý plícemi.... A přitom je pro zpívání právě vzdušný proud vdechnutý a vydechnutý přes celé tělo neméně tak důležitý, jako plicní vzdušný proud. Zrcadlicí tón, tón, který zní tak, jako by zněl prostor okolo člověka, tedy objektivní tón, by se nemohl projevit, kdyby ho nemohly nést též pohyby tohoto vzdušného proudu plynoucího v úplné skrytosti na všechny strany a neudělaly ho slyšitelným.“(překlad – autorka práce)⁴²

Pro nás je důležitý poznatek, že cvičením podle paní Werbeck se dostávají do společného rytmu kožní a plicní dýchání. Propojením plicního dýchání a dýchání celým povrchem těla má nejen významný vliv na kvalitu dechu, ale je i účinným terapeutickým cvičením.

Samozřejmě v tomto procesu má důležitou roli celkově postavení a držení těla. Vždyť aby proud vzduchu i zvuku procházel celým tělem, musí být tělo jednak uvolněné, ale na druhou stranu aktivní a otevřené tomu proudění. Tyto podmínky vytváří přirozené a fyziologicky správné držení těla.

Cvičení podle Školy paní Werbeck může použít k smysluplné výchově hlasu jen poučený pedagog, který si cvičení osvojil na základě osobní zkušenosti a prožití s vlastním hlasem. Sílu působení některých hlasových cvičení měla autorka práce sama příležitost poznat v rámci kurzů Christiana Boele a v poměrně krátkém časovém úseku práce s nimi pocítit jejich účinek na svůj hlasový projev a přístup k vnímání svého hlasu. Některá cvičení sice znala z hodin hlasové výchovy na pedagogické fakultě, ale jejich účinek se prohloubil ve společenství lidí, kteří se *Školou odhalení hlasu* paní Werbeck zabývají. Uvědomila si, že i krátké ponoření do kurzu přináší obrovský účinek na vztah k životu obecně. Lidé si nesou v sobě sled poznání, který v nich *Škola* zanechává.

⁴² ВЕРБЕК-ВЕРДИСТРЕМ 2009, s. 184.

5. Závěr

Škola odhalení hlasu paní Werbeck vychází z myšlenky přirozeného rozvoje lidského hlasu. Zřejmě ne každý hlas, který se pomoci této *Školy* projeví, je schopen splňovat nároky na profesní dráhu zpěváka. To znamená, že ne každý člověk se musí stát zpěvákem, ale zpívat může každý. Rozvoj hlasu je otázka důsledné pedagogiky. Hlavním cílem je uchopit lidskou osobnost jako individualitu, rozkrýt její potenciální možnosti prostřednictvím hlasového projevu. To je nejvýraznější požadavek *Školy odhalení hlasu* paní Werbeck a jím se od mnohých pěveckých škol a způsobu učení zpěvu liší. *Škola odhalení hlasu* paní Werbeck je důležitá pro samotného zpěváka. Je cestou k sebepoznávání, sebeprožívání, vede k rozvoji duchovna, hlubokého sebeuvědomění, a tak dává vnitřní svobodu a umožňuje mít život a emoce „pod kontrolou“. Není spojována s potřebou prezentace těchto prožitků na veřejnosti, avšak u uměleckých osobností povyšuje umělecký projev do oblasti duchovna a bohatého vnitřního prožitku, v němž se nitro zpěváka „pojí s pocitem všehomíru“.

V bakalářské práci jsme objasnili základní principy, na nichž je *Škola* paní Werbeck postavená, zmapovali jsme instituce, kde mohou zájemci o *Školu* získat odborné vzdělání, ale uvedli jsme i osobnosti, které tuto *Školu* propagují a ve své praxi používají, či se jí zabývají jen v rámci svého osobního růstu. Seznámili jsme čtenáře s životním příběhem paní Werbeck a cestami, které ji vedly k vypracování základů její *Školy odhalení hlasu*. Analýzou stěžejních kapitol knihy „Школа раскрытия голоса. Путь к катарсису в искусстве пения“ a s pomocí Ing. Jany Šindelářové jsme se pokusili proniknout k důležitým aspektům provázejících cestu k nalezení přirozeného znění hlasu. Díky jejím kritickým připomínkám bylo během studia teoretických východisek autorkou práce zjištěno, že ve zvoleném ruském překladu knihy paní Valborg Werbeck-Svärdström *Schule der Stimmenthüllung: ein Weg zur Katharsis in der Kunst des Singens* („Škola otevírání hlasu. Cesta ke katarzi pěveckým uměním“) je chyba v popisování rozdílu mezi pojmy zvuk a hláska. V ruštině se slovem zvuk označuje jak zvuk jako znění, tak také hláska. V ruském překladu se pro zvuk používalo slovo „znění“ a pro hlásku slovo „zvuk“, což bylo velmi matoucí. Tento problém se objevil především v kapitole O rozdělení světa zvuku a světa hlásky. Jinak pro autorku práce se stal již citovaný ruský překlad důležitou oporou, která pomohla základy *Školy*, navíc emocionálně prožité v průběhu absolvovaných kurzů, hlouběji myšlenkově pochopit.

Práce na tématu byla pro autorku bakalářské práce velkým obohacením a inspirací pro její osobní i umělecký růst.

6. Seznam použitých informačních zdrojů

ASPELUND, D. L. *O pěveckém umění*. Praha: Státní nakladatelství krásné literatury, hudby a umění, 1955, 173 s.

BAR, J. *Pravý tón a pravé pěvecké umění*. Sv. I. (Část teoretická). Praha: Supraphon 1976, 189 s.

BAR, J. *Pravý tón a pravé pěvecké umění*. Sv. II. (Část praktická). Praha: Supraphon 1976, 138 s.

FELBER R., REINHOLD S. a STÜCKERT A. *Muzikoterapie; Terapie zpěvem*. Hranice: Fabula, 2005, 242 s. ISBN 80-86600-24-6.

POHLEI, P. a ŠROUFKOVÁ M., *Praktický rusko-český a česko-ruský slovník kapesního formátu s novými výrazy*. Voznice: Leda, 2003, 703 s. ISBN 80-7335-030-0.

ROSNER, R. *Abeceda zpěváka pop music*. Praha: Panton, 1969, 74 s.

ROSNER, R. *Bel canto a moderní hlasová pedagogika*. Praha: Státní hudební vydavatelství, 1963.

SOUKUP, J. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*. 2. vyd. Praha: Supraphon 1972, 147s.

STEINER, R. *Eurytmie jako viditelný zpěv (článek z členské přílohy časopisu "Goetheanum" ...)*. Hranice: Fabula, 2012, 142 s. ISBN 978-80-86600-92-5.

STEINER, R. *Filosofie svobody (základy moderního světového názoru...)*. 2. vyd. Praha: Baltazar, 1991, 199 s. ISBN 80-900307-0-X.

ВЕРБЕК-СВЕРДСТРЁМ В., Школа раскрытия голоса. Путь к катарсису в искусстве пения [Škola otevírání hlasu. Cesta ke katarzi pěveckým uměním]. Moskva: evidentis, 2009, 232 c. ISBN 5-946110-047-5.

Birgit Nilssonová [online], poslední aktualizace 6. listopadu 2015 10:15 [cit. 2016-06-05], Wikipedie. Dostupné z WWW: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Birgit_Nilssonov%C3%A1>.

BOELE C., *The School of Uncovering the Voice* [online]. [cit. 2016-03-26]. Dostupné z WWW: <<http://www.stimmenthuellung.com/en>>.

Entelechie [online], poslední aktualizace 7. října 2014 20:58 [cit. 2016-02-04], Wikipedie.
Dostupné z WWW: <<https://cs.wikipedia.org/wiki/Entelechie>>.

Valborg Werbeck-Svårdström [online]. [cit. 2016-07-01]. Dostupné z WWW:
<<http://orpheus.hr/cz/valborg-werbeck-svardstrom/>>.

Workshop Contributors and Lecturers [online]. [cit. 2016-02-10]. Dostupné z WWW:
<<https://www.goetheanum.org/Workshop-Contributors-and-Lecturers.4984.0.html?&L=1>>.

ХАННА Т., *Обучение соматическому движению* [online]. [cit. 2016-02-16]. Dostupné z WWW: <<http://hanna-somatics.ru/>>.